



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA

Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes del VI ciclo de una institución
educativa de Puente Piedra, 2019

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:

Maestra en Psicología Educativa

AUTORA:

Br. Maritza Florencia Trujillo Mariño (ORCID: 0000-0002-8479-1772)

ASESOR:

Dr. Carlos Sixto Vega Vilca (ORCID: 0000-0002-2755-8819)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Atención integral del infante niño y adolescente

Lima-Perú

2020

Dedicatoria

A mi familia que son el motivo de mis acciones
cada día.

Agradecimiento

A Dios, por darme la oportunidad de lograr mis objetivos, a mi hermosa familia, por el amor y apoyo incondicional, a mis estudiantes por permitirme mejorar profesionalmente y a todos aquellos que contribuyeron con este estudio.

PÁGINA DEL JURADO



ESCUELA DE POSGRADO
UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

DICTAMEN DE LA SUSTENTACIÓN DE TESIS

EL / LA BACHILLER (ES): **MARITZA FLORENCIA TRUJILLO MARIÑO**

Para obtener el Grado Académico de *Maestra en Psicología Educativa*, ha sustentado la tesis titulada:

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL VI CICLO DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE PUENTE PIEDRA, 2019

Fecha: 24 de enero de 2020

Hora: 11:00 a.m.

JURADOS:

PRESIDENTE: Dra. Nancy Elena Cuenca Robles

Firma:

SECRETARIO: Mg. Gallarday Morales, Santiago Aquiles

Firma:

VOCAL: Dr. Vega Vilca, Carlos Sixto

Firma:

El Jurado evaluador emitió el dictamen de:

..... *Aprobar por Mayoría*

Habiendo encontrado las siguientes observaciones en la defensa de la tesis:

.....
.....
.....
.....

Recomendaciones sobre el documento de la tesis:

..... *Mejorar redacción APA*

Nota: El tesista tiene un plazo máximo de seis meses, contabilizados desde el día siguiente a la sustentación, para presentar la tesis habiendo incorporado las recomendaciones formuladas por el jurado evaluador.

Declaratoria de autenticidad

Yo **Maritza Florencia, Trujillo Mariño** Con DNI N°08142170, a efecto de cumplir con las disposiciones vigentes consideradas en el reglamento de Grados y Títulos de la Universidad César Vallejo, Facultad de Educación, Escuela Profesional de Educación Inicial, declaro bajo juramento que toda la documentación que acompaño a la tesis Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes del VI ciclo de una Institución Educativa de Puente Piedra, 2019, es veraz y auténtica.

Así mismo, declaro también bajo juramento que todos los datos e información que se presenta en la presente tesis son auténticos y veraces.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto en los documentos como de información aportada por la cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas de la Universidad César Vallejo.

Lima, enero de 2020



Maritza Florencia Trujillo Mariño
DNI 08142170

Índice

Carátula	i
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Página del jurado	iv
Declaratoria de autenticidad	v
Índice	vi
Índice de tablas	vii
Índice de figuras	viii
RESUMEN	ix
ABSTRACT	x
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MÉTODO	16
2.1 Tipo y diseño de investigación	16
2.2 Operacionalización de variables	17
2.3 Población y muestra	18
2.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad	19
2.5 Procedimiento	20
2.6 Métodos de análisis de datos	21
2.7 Aspectos éticos	21
III. RESULTADOS	22
IV. DISCUSIÓN	29
V. CONCLUSIONES	34
VI. RECOMENDACIONES	35
REFERENCIAS	36
ANEXOS	43
Anexo 1 Matriz de consistencia	44
Anexo 2 Cuestionario de inteligencia emocional	45
Anexo 3 Cuestionario de estrés académico	46
Anexo 4 Certificados de validez de los instrumentos	47
Anexo 5 Solicitud para aplicar instrumento	53
Anexo 6 Constancia	54

Índice de tablas

Tabla 1	Matriz de operacionalización de Inteligencia emocional (Según teoría de Mayer y Salovey)	17
Tabla 2	Matriz de operacionalización de Estrés académico (Según teoría de Barraza Macías Arturo)	18
Tabla 3	Relación de evaluación de juicio de expertos	20
Tabla 4	Prueba de fiabilidad de Inteligencia emocional y Estrés académico	20
Tabla 5	Distribución de frecuencias y porcentajes de Inteligencia emocional	22
Tabla 6	La Inteligencia emocional y sus dimensiones	22
Tabla 7	Distribución de frecuencias y porcentajes de Inteligencia	23
Tabla 8	El Estrés académico y sus dimensiones	24
Tabla 9	Prueba de normalidad de Inteligencia emocional y Estrés académico	25
Tabla 10	Distribución de Coeficiente de correlación de Rho Spearman de Inteligencia emocional y Estrés académico	26
Tabla 11	Distribución de Coeficiente de correlación de Rho Spearman de Inteligencia emocional y Elementos estresores	26
Tabla 12	Distribución de Coeficiente de correlación de Rho Spearman de Inteligencia emocional y Síntomas	27
Tabla 13	Distribución de Coeficiente de correlación de Rho Spearman de Inteligencia emocional y Acciones de afrontamiento	28

Índice de figuras

Figura 1. Distribución porcentual por niveles de Inteligencia Emocional	22
Figura 2. Distribución porcentual por niveles del Estrés académico	23
Figura 3. Distribución porcentual de las dimensiones de la Inteligencia emocional	23
Figura 4. Distribución porcentual de las dimensiones del Estrés académico	24

Resumen

La presente investigación titulado “Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes del VI ciclo de una Institución Educativa de Puente Piedra, 2019” tiene el objetivo de determinar la relación existente entre la inteligencia emocional y el estrés en los educandos.

Considerando la naturaleza del estudio se desarrolló una investigación correlacional con enfoque cuantitativo, diseño no experimental, de tipo transversal, contando para ello con 144 participantes de una población de 230 estudiantes conformados entre 1° y 2° de educación secundaria entre 12 a 15 años de edad cuya selección se realizó mediante muestreo probabilístico, con un margen de error del 5%.

Para el recojo de la información fue empleada la técnica de la encuesta aplicando para ello el cuestionario tipo Likert tanto para inteligencia emocional como para estrés académico, constituidos por 20 ítems y estructurados en tres dimensiones cada uno de ellos. Las variables de estudio teniendo en cuenta la distribución de los datos permitió emplear la prueba no paramétrica de Spearman.

Luego de realizar la prueba de hipótesis, el resultado obtenido fue que existe una Correlación inversa moderada entre las dos variables de estudio Inteligencia emocional y el Estrés académico de acuerdo al Coeficiente de correlación de Rho de Spearman que dio como resultado -0,587** y una correlación significativa de 0,000 rechazándose con ello la hipótesis nula.

Palabras claves: Inteligencia emocional, estrés académico y habilidades

Abstract

This research entitled "Emotional intelligence and academic stress in students of the VI cycle of an Educational Institution of Puente Piedra, 2019" has the objective of determining the relationship between emotional intelligence and stress in students.

Considering the nature of the study, a correlational research was carried out with a quantitative approach, a non-experimental design, of a transversal type, with 144 participants from a population of 230 students formed between 1st and 2nd secondary education between 12 at 15 years of age whose selection was made by probabilistic sampling, with a margin of error of 5%.

To collect the information, the survey technique was used, applying the Likert questionnaire for both emotional intelligence and academic stress, consisting of 20 items and structured in three dimensions each. The study variables, taking into account the distribution of the data, allowed us to use the non-parametric Spearman test.

After performing the hypothesis test, the result was that there is a moderate inverse correlation between the two variables of study Emotional Intelligence and Academic Stress according to Spearman's Rho Correlation Coefficient that resulted in -0.587^{**} and a significant correlation of 0.000 rejecting the null hypothesis.

Keywords: Emotional intelligence, academic stress and abilities

I. Introducción

Actualmente muchas de las dificultades académicas que presentan los estudiantes a nivel mundial se debe a que no cuenta con las habilidades emocionales requeridas que les permita afrontar exigencias o demandas académicas a que se encuentran sometidos dificultando su óptima formación integral. Antes se atribuía que el éxito o fracaso académico así como la facultad de resolver problemas dependía de la capacidad de manejo de información así como los resultados académicos que se pudieran obtener, restando importancia a la facultad para gestionar el aspecto emocional-social que deberían lograr los estudiantes sostiene Cifuentes(2017) ser cognitivamente inteligente no garantiza ser una persona académicamente exitosa, sino que esta se debe de complementar con las habilidades emocionales (Goleman,1995) una persona exitosa y emocionalmente sana es aquella que cuenta con inteligencia emocional que se va desarrollando en el transcurso del tiempo permitiéndole afrontar situaciones demandantes generados dentro de su entorno, dicho con otras palabras el aspecto intelectual y emocional son necesarios para conformar la inteligencia general plantean Bar-On & Parker (2018).

En la última década se ha expandido el empleo del termino “alfabetización emocional” haciendo referencia a la importancia de que los estudiantes aprendan a percibir, entender y manejar sus diferentes estados emocionales, Picasso,Lizano y Anduaga (2016), esto también fue planteado por Delors (1996) en uno de los pilares de educación «aprender a ser» donde hace referencia sobre la importancia del logro de las habilidades socio emocionales como: la responsabilidad, la capacidad de juicio, la autonomía y la relevancia, y cómo influyen en la formación educativa por ser elementos claves para que las habilidades emocionales se desarrollen, permitiendo manejar las demandas a que son sometidos los estudiantes; así mismo la UNESCO (2002) citado por Gabarda (2013) también determinó remitir a 140 ministros de educación de diferentes partes del mundo a poner en práctica un decálogo de principios para fomentar el aprendizaje emocional y habilidades sociales en las aulas. Por otra parte cabe mencionar, que en 213 escuelas de los EE.UU desde 2011 se implementó el programa “Juegos del buen comportamiento” que consiste en desarrollar estrategias para fomentar la educación emocional, obteniendo resultados favorables, por ello en la Evaluación Nacional para el Progreso Educacional (National Assesment of Educational Progress) una de sus evaluaciones más importantes se está considerando el aspecto socio emocional destaca Schiappa –Pietra (2018).

En los últimos años se ha incrementado en un 15% a nivel mundial la tasa de personas que presentan trastornos de ansiedad, especialmente en las mujeres señala la OMS (2017) citado por Gil-Olarte, Gómez, Ruiz, & Guil (2019) por ello con la finalidad de evitar posibles trastornos, estableció programas para prevenir la salud mental y emocional desde la etapa prenatal, tratando de evitar con ello malestares presentados generalmente por la población estudiantil quienes evidencian elevados niveles de tensión que ponen en riesgo la salud físico y emocional, una de las actividades escolares que produce situaciones de ansiedad y opresión en los adolescentes son las tareas escolares señala la Organización Mundial de la Salud (2013), y como lo indica Cooper (2001) no hay evidencias de que estos contribuyan con la mejora del aspecto académico de los estudiantes.

Por otro lado, Ubago, González, Puertas & García (2019) plantean que la inteligencia emocional también contribuye en el desarrollo de las competencias deportivas de los estudiantes, por ello se puede deducir que el logro de estas dos variables está inmerso en todas las actividades que realizan las personas independientemente el ámbito donde se desenvuelvan y su desarrollo permitirá formar ciudadanos competentes.

El Estado peruano está tratando de implementar políticas de educación, salud y nutrición que permitan fortalecer el aspecto emocional y cognitivo de los estudiantes es así que el MINEDU en la Currícula de Educación Secundaria (2016) considero brindar acompañamiento socioafectivo a los estudiantes enfocándose en el desarrollo y logro de competencias que permitan decidir y construir su proyecto de vida contando con la capacidad de autorregular sus emociones ante situaciones difíciles o de conflicto, el Marco de Buen Desempeño asigna a los docentes la función de fomentar ambientes seguros brindando apoyo y orientación emocional en las distintas etapas en la que los estudiantes se desarrollan, incentivando el respeto por ellos mismos y por los demás manifestando sentimientos, emociones e ideas sin temor alguno (MINEDU, 2014).

En la Institución Educativa N°5168 de Puente Piedra, se ha observado que los alumnos de secundaria del VI ciclo presentan dificultades en gestionar o regular sus emociones, presentando signos de ansiedad, angustia, disminución de la autoestima, etc., por estar sujetos a situaciones difíciles o diversas demandas a que están expuestos ya sea por la familia, los docentes, las evaluaciones, la presión generada por ellos mismos por efecto de la calificación y la competitividad académica, la política educativa establecida también influye evitando alcanzar niveles de logros satisfactorios de aprendizaje, afectando su formación académico y emocional. Por tanto, es necesario diseñar programas educativos que fomente la salud

mental y emocional reduciendo situaciones que generen malestar afirman Berrío y Mazo (2011)

Usán & Salavera (2019) a través de la Universidad de Zaragoza, España, realizó el estudio ex post-facto, descriptivo simple “Efectos de la inteligencia emocional en el burnout y engagement académico” a alumnos de 18 centros de educación público obligatoria contando como muestra a 3512 alumnos y alumnas de 12 a 18 años evidenciando que engagement académico y la inteligencia emocional están relacionadas positivamente y negativas el burnout con las dos mencionadas, se destaca la importancia de fomentar habilidades adaptativas y emocionales para incrementar el desempeño académico en los adolescentes.

De acuerdo con la investigación efectuado en la Universidad de Zaragoza, España, por Salavera & Pablo (2018) realizado a 1304 estudiantes de secundaria entre 14 a 18 años tuvo la finalidad de realizar un análisis para conocer si la inteligencia emocional y el uso del humor se relacionan. Estudio de tipo estratificado y diseñado como retrospectivo ex post facto, donde se mostró que existe diferencias considerables en todas las variables estudiadas en relación al género a excepción de comprensión de las emociones, por otro lado en gestión de las emociones y uso del humor los chicos presentan mayor dominio que las chicas, es así que se afirma la necesidad de establecer programas para fomentar la inteligencia emocional y por consiguiente el uso del humor con el propósito de establecer soporte emocional que permita gestionar conflictos.

Según lo propuesto por Barraza López, Muñoz, y Behrens (2017) en la investigación “Relación entre inteligencia emocional y depresión-ansiedad y estrés” efectuado a 106 estudiantes de medicina de una universidad Chilena del primer año consideró estudiar la relación existente entre las ramas de las variables mencionadas aplicando para ello la escala DASS 21 y el TMMS 24 obteniendo resultados que indican que las ramas y los síntomas de la inteligencia emocional se encuentran relacionadas significativamente, es así que la hipótesis es afirmada aduciendo que si la inteligencia emocional es percibida acertadamente, lograría considerarse como un elemento de protección ante la carga emocional negativa de los estudiantes investigados.

La investigación de Toribio & Franco (2016) realizada en una universidad de México con estudiantes de enfermería se denominó “Estrés Académico: El Enemigo Silencioso del Estudiante”, investigación descriptiva, transversal y abordó identificar elementos estresores principales que hacen que los estudiantes tengan estrés. La población considerada fue de 60 participantes sustentándose el estudio en el Modelo Sistémico Cognoscitivista y la

información fue recogida mediante un Inventario denominado SISCO de Arturo Barraza Macías, donde se determinó que los agentes estresores académicos que más se evidencian son: la evaluación de los profesores, excesivas actividades escolares, tiempo para entregarlos y la personalidad del docente así mismo los menos frecuentes: sentimiento y aislamiento de los demás.

En la investigación “Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes del sexto ciclo de educación básica regular” realizada por Domínguez (2019), Chiclayo-Perú tuvo la finalidad de determinar si las dos variables se encontraban relacionadas, teniendo en cuenta 60 alumnos correspondientes a estudiantes del sexto ciclo que cursan estudios en la I.E Renán Elías Olivera. Se propuso afectar un estudio no experimental, descriptiva, transversal y correlativa aplicando la encuesta como técnica para el recojo de la información. Se empleó la estadística de Pearson, concluyendo que, en las dimensiones de las variables investigadas, se encontraron correlaciones positivas bajas después de analizar los resultados.

Vivanco (2018) en una investigación cuantitativo de diseño correlacional realizada en Ayacucho en la Institución Educativa Pública Virgen del Carmen “Estrés Académico y Motivación Escolar” consideró averiguar la relación existente entre sus variables para ello conto con 80 estudiantes quienes intervinieron para la obtención de datos a través de la escala de estrés - motivación y la aplicación de la técnica de la encuesta, determinando que las variables se relacionan significativamente ($\phi = 0,683$; $p < 0,05$) acorde al Coeficiente de correlación Phi.

El estudio realizado en Comas en la I.E El Amauta por Torpoco (2018) “Tareas escolares y Estrés académico de los alumnos del nivel secundario” determinaron considerar si sus variables se encontraban relacionadas entre sí, realizando una investigación descriptiva, con enfoque cuantitativo, correlacional y no experimental, recogiendo información en un solo momento a 201 estudiantes de forma no probabilística, considerando en el recojo de datos la encuesta para ambas variables, por lo que se dedujo que las dos variables no guardan relación entre sí y que el 60% de los sujetos investigados no le asignan la importancia requerida para el desarrollo de sus actividades escolares.

En la tesis efectuado en Cusco por Pacco (2017) “Inteligencia emocional y el estrés académico en alumnos de quinto de secundaria de la Institución Educativa Cesar Vallejo de Ccatcca” se determinó averiguar si entre las dos variables en mención existía algún grado de relación. Para ello se empleó la metodología cuantitativa y diseño no experimental, con corte transversal de tipo descriptivo correlacional, que fue aplicado a 80 estudiantes de un universo

de 400 empleándose para el recojo de la información dos encuestas una de tutoría virtual y la otra de práctica docente concluyendo que existe asociación con las variables de acuerdo al coeficiente de correlación 0,441 que evidencia según el Tau B de Kendall, una directa y alta relación entre las variables.

Según lo propuesto por Picasso, Lizano y Anduaga (2016) en el estudio realizado en una Universidad Peruana publicado con el título de “Estrés Académico e Inteligencia Emocional en Estudiantes de Odontología” se determinó averiguar la relación existente y el nivel entre las variables, fueron 82 estudiantes del V ciclo quienes participaron en la investigación descriptivo, observacional y transversal empleándose para ello el inventario SISCO para el estrés y el TMMS-24 en el caso de inteligencia emocional, llegando a la conclusión que el 93,9% de los participantes manifestó haber tenido estrés durante algún momento en el desarrollo de su semestre académico así como el 71,9% evidenció percepciones insuficientes de sus emociones y un alto porcentaje de ellos deberían aumentar la regulación y comprensión de sus emociones. Se realizaron evaluaciones Kruskal Wallis y ANOVA para identificar la relación de sus variables, y para determinar las estrategias, los síntomas y los estresores que permiten el afrontamiento y las dimensiones consideradas por la inteligencia emocional, solamente se relacionan con la comprensión emocional y los síntomas ($P: 0,013$), por tanto, se concluye que los que presentaron un alto nivel de comprensión de sus emociones mostraron menos síntomas de estrés.

Picoy (2015), publicó una investigación realizada en Huánuco titulada “Inteligencia emocional y estrés académico”, tuvo como sede la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, efectuado a 72 universitarios que estudian la carrera de psicología lo cual fueron divididos en estratos de una población de 344, su finalidad se basó en determinar si las variables en estudio se encontraban relacionadas, se aplicó un inventario Bar On ICE y SISCO, cuya evaluación fue desarrollada de manera individual y aleatoria de 1° a 5° año, se deduce del estudio que la correlación de las variables de manera general fue -0.39 siendo significativo estadísticamente, por tanto se afirma que el estrés académico puede decrecer si se fomenta la inteligencia emocional, puesto que es no se puede pronosticar de las variables sus valores ya que es débil consistencia de la correlación.

La especie de código que emplea nuestro cuerpo para comunicarse sin poner en peligro nuestra salud existieron siempre para ayudarnos a sobrevivir y evitar el peligro destaca Darwin (1872-1998) citado por Sierra, Sánchez, & Llera, (2010). Integrar la cabeza y el corazón sin el dominio de uno sobre otro es Inteligencia Emocional, que permitirá al

individuo adaptarse a su entorno logrando una vida feliz sostiene Sosa, Navarrete, & Escoffié (2014). La inteligencia emocional para Ranasinghe, Mathangasinghe & Ponnampuruma (2017) es un conjunto de habilidades priorizados por la sensibilidad que se siente por los demás, así como la automotivación, el autocontrol y la determinación; de allí la siguiente pregunta: ¿Por qué algunas personas gestionan mejor situaciones de conflicto presentadas en la vida diaria que otras? (Trujillo & Rivas, 2005).

En las últimas dos décadas para Rosas & Boetto, (2005) el interés por realizar estudios científicos relacionados con las emociones y los sentimientos se ha incrementado y cómo repercuten en la salud mental de las personas, logrando grandes avances conceptuales en relación a ella; cabe señalar que los primeros en conceptualizarlo en 1990 fueron Salovey & Mayer afirma Durán (2013), pero quien difundió el término al mundo entero mediante la publicación de su investigación publicado por la revista Times en 1995 fue Goleman, a partir de allí se fue imponiendo el aspecto emocional en los diversos ámbitos de las personas refiere Trujillo y Rivas (2005). Para Valenzuela & Portillo (2018) solo el aspecto emocional permitirá que los estudiantes se desenvuelvan adecuadamente con los demás pues le va a permitir tener confianza, iniciativa y sobre todo motivación.

La facultad que poseen las personas para identificar, entender y controlar sus emociones y sentimientos permitiéndoles establecer relaciones interpersonales de forma eficaz se denomina inteligencia emocional para Goleman (1998), siendo las emociones un factor importante para el desarrollo de la conciencia y los procesos mentales sostiene Zard (2009). La inteligencia emocional se da cuando maduran las partes del cerebro que compete a las emociones, manifestándose esto generalmente en la adolescencia intermedia donde las fortalezas emocionales de los varones y mujeres se presenta de forma diferente. Por tanto la inteligencia emocional como la cognitiva no son diferentes sino que se complementan impulsando a las personas a tener buenas relaciones, entender sus sentimientos y adecuarse a las situaciones presentadas, de manera apropiada plantea Goleman (2008) citado por Riva (2015).

Salovey & Mayer (1990) plantean que la inteligencia emocional se sustenta en las habilidades sociales, donde las personas procesan la información emocional integrando y entendiendo emociones propias y el de los demás con razonamiento (Mayer & Salovey, 1997), permitiendo guiar su manera de pensar y actuar apropiadamente fomentando una vida emocional adecuada (Caruso, Mayer & Salovey, 1999).

Para Bar-On (1997), la inteligencia emocional permite afrontar demandas presentadas en el entorno pues es un conjunto de destrezas y capacidades socio emocionales que hace posible la reflexión, evaluación y regulación de las emociones, con una autoestima positiva capaz de reconocer y expresar emociones, determinando su bienestar emocional (Bar-On & Parker, 2018).

En la actualidad existen diversos modelos que se emplean para medir la Inteligencia emocional, siendo la clasificación mas representativa: Modelos mixtos representado por Goleman y Bar On y modelo de habilidad por Mayer y Salovey afirma Fragoso-Luzuriaga (2015)

El modelo propuesto por Goleman (2011) plantea que la Inteligencia Emocional está estructurado por cuatro dimensiones, siendo el primero la facultad de conocerse uno mismo constituido por el autoconocimiento emocional, el segundo relacionado por la autorregulación, es decir como una persona gestiona su mundo interno en beneficio de los demás y sobre todo propio, seguido por la conciencia social permitiéndole establecer buenas relaciones interpersonales y el modo de regularlos fomentando la influencia en los demás. (Fragoso-Luzuriaga, 2015)

Con base a lo que refiere Bar-On la inteligencia emocional esta conformado por habilidades y competencias que permitan entenderse y comprender a los demás; permitiéndoles desarrollarse en su vida cotidiana. El instrumento que representa este modelo es el Emotional Social Intelligence elemento constituido por cinco dimensiones: Intrapersonal donde se toma en cuenta las emociones de cada uno así como la autoexpresión, interpersonal en referencia a la conciencia social, manejo del estrés y como regular las emociones, la adaptabilidad proceso que le permita adecuarse a los cambios generados y finalmente el humor que permite a los individuos desenvolverse de manera motivada. (Fragoso-Luzuriaga, 2015)

En el modelo de habilidades de Mayer y Salovey plantean que la inteligencia emocional esta constituido por el aspecto cognitivo y afectivo que permite guiar el pensamiento y el comportamiento humano; más no considera el aspecto motivacional como si lo hace Bar-On y Goleman sostiene Fragoso-Luzuriaga (2015).

De acuerdo a Garay (2014) este modelo de inteligencia emocional presenta dos postulados, el primero percepción en 1990 plantea la capacidad de los individuos de supervisar y discriminar la información recibida de los sentimientos y emociones para emplearlos a su favor o en beneficio de los demás así también permite desarrollar habilidades

que le permitan guiar sus acciones y su manera de pensar (Mayer, Roberts & Barsade, 2008), entre las dimensiones que plantea este postulado emocional tenemos: atención, que considera la habilidad de percepción de sentimientos y emociones en el momento en que se originan ayudándose de la capacidad de percepción personal e interpersonal de las emociones considerando la información percibida que proviene de los sentidos y la estructura simbólica relacionados con los procesos emocionales, en relación a la claridad, habilidad de comprender y reconocer los distintos estados de ánimos propias y el de los demás así como el factor que los genera a través de dos competencias, la primera la personal que integra la emoción y la razón, permitiendo la toma de decisiones acertadas, y la segunda, la social, que viene a ser la empatía que quiere decir que uno debe considerar el lugar del otro emocionalmente y la reparación que es la capacidad de las personas de emplear aspectos positivos e impidiendo los negativos con el objetivo de tener conocimiento y comprensión de las emociones permitiéndole actuar sin lastimarse o perjudicarse, es así que se presenta: La regulación emocional personal, como la facultad de originar respuestas que puedan ser controladas de manera emocional, reconociendo y manejando la información obtenida de los sentimientos de manera asertiva y la Resolución de conflictos interpersonales, en donde las personas se relacionan con los demás de manera hábil y oportuna.

En el segundo postulado Procesamiento de la información, Mayer y Salovey (1997) citado por (Valera, 2016) sostienen que se presenta en cuatro habilidades emocionales, estructurados teniendo en cuenta lo logrado en la fase anterior, así tenemos: la percepción habilidad que consiste en reconocer emociones y sentimientos propias y de los demás, la habilidad de expresar y discriminar entre las honestas y las que no lo son. Esta habilidad es muy conveniente para aplicarlo en el ámbito educativo pues permite el adecuado desarrollo del proceso educativo identificando las expresiones emotivas tanto del docente como de los estudiantes y permita realizar las respectivas correcciones. (Mayer, Caruso & Salovey, 2016) La facilitación o asimilación, habilidad de las personas para identificar como la parte cognitiva es afectada por las emociones y como ellos logran influir cuando se toma las decisiones, influyendo positivamente en la forma de procesar la información adquirida. La comprensión, habilidad de identificar emociones y etiquetarlos, entender las relaciones entre ellas e interpretar el significado de las complejas emociones y la transición de los estados emocionales, reconociendo con ello causas y efectos de nuestras acciones. Esta habilidad en el sector educativo es frecuentemente empleada por estudiantes y docentes pues permite la práctica de la empatía. Y finalmente la regulación, habilidad con más complejidad que

consiste en controlar emociones propios y ajenos resaltando las positivas y controlando las negativas, reflexionar aprovechando la información emitida en función a su utilidad y regular emociones sin exagerarlas o minimizarlas; promoviendo con ello el desarrollo emocional e intelectual en las personas afirma Fernández & Extremera (2005). En el aspecto educativo lo evidenciamos en la época de los exámenes cuando el nivel de ansiedad del estudiante empieza a incrementarse y debe de emplear diversas estrategias de regulación para sobrellevar la difícil situación y no afectar su rendimiento (Fernández–Berrocal, Extremera & Ramos, 2004).

La inteligencia emocional con la finalidad de continuar mejorando, basa su estudio en principios como: el autoconocimiento que es la capacidad de conocerse uno mismo identificando debilidades y fortalezas; el autocontrol, es la facultad que puede controlar los deseos intensos por hacer cosas sin reflexionar o pensar en las consecuencias y no de los nervios; la automotivación, facultad de sentirse motivados por realizar actividades por uno mismo; la Empatía, capacidad de identificarse con el otro e intentar comprenderlo; la habilidad social, consiste en la capacidad de relacionarse con los demás empleando una comunicación adecuada y oportuna; asertividad, saber enfrentar conflictos y hacer respetar sus ideas, aceptando críticas que puedan contribuir con la solución; la proactividad, comportamiento en donde se asume responsablemente las acciones realizadas aprovechando las oportunidades presentadas; adaptabilidad, capacidad de adaptación que poseen las personas consiste, comportamiento, pensamientos y sentimientos a diversas situaciones, finalmente la creatividad, capacidad de afrontar problemas considerando diversas opciones sostiene García y Giménez (2010).

Fomentar el desarrollo de estos principios en los centros educativos desde los primeros grados contribuiría con el desarrollo integral de los estudiantes haciéndoles personas emocionalmente estables contribuyendo considerablemente con su aspecto cognitivo y permitiéndoles desarrollarse de manera efectiva y oportuna.

Salgado, Mo, y Monterrosa (2013) citado por Quito, Tamayo, Buñay, & Neira (2017) señalan que en 1930 el estudiante de medicina Hans Selye de la Universidad de Praga conceptualizó el término estrés al encontrar en sus pacientes síntomas similares al cansancio, pérdida de apetito, astenia, etc., denominándolo “síndrome de estar enfermo”, concluyendo que esto se debía a la influencia de agentes físicos a que eran sometidos los pacientes y a las exigencias del entorno afirma Selye (1956). El origen del término estrés deriva de la conexión que existe entre la persona y su medio ambiente y como este representa una

amenaza y un elemento difícil de negociar, no es considerado una enfermedad genética pero si afecta la salud si no es manejado adecuadamente, se presenta desde la etapa pre- escolar hasta el nivel superior señala Richard Lazarus y Susan Folkman citado por Jiménez Jorge (2013).

Pollock (1988) plantea al estrés como un "hecho social" impuesto por las personas y no como algo que se origina naturalmente. Actualmente el estrés se ha extendido tanto, que es considerado como un problema, sobre todo en la última década, debido a las constantes demandas y exigencias a que son sometidos las personas así como el empleo constante de la tecnología que afecta muchas veces el propio bienestar sostiene Alfonso, Calcines, Monteagudo & Nieves (2015), además es un conjunto de fases que comienza percibiendo elementos de amenaza que atenta la integridad, dificultando las relaciones de las personas señala Barraza (2006), pues son elementos externos que se adquieren de un determinado espacio-tiempo que hace que se active las defensas mentales a modo de protección afirma Benjamin (1992).

Para Berrío y Mazo (2011), el estudiante durante toda su época escolar, está sometido a diversas demandas que le produce tensión y malestar a lo cual denomino estrés académico, desarrollandose de manera individual o en el aula de clase. Asimismo, Caldera, Pulido y Martínez (2007) citado por Berrío y Mazo (2011) sostiene que en los estudiantes el estrés se produce por las diversas imposiciones que se establecen en el sector educativo afectando a todas las personas que intervienen en la enseñanza-aprendizaje. En opinión de Martínez y Díaz (2007) el estrés escolar son malestares físicos o emocionales que se presentan en los escolares debido a diversas situaciones exigentes que se desarrollan en su entorno generados entre estudiantes y docentes, rendimiento académico, evaluaciones, logro de identidad, reconocimiento etc., estos procesos son generalmente padecidos por estudiantes de la educación media y superior por demandas endógenas o exógenas estructurados en el sistema educativo sostiene Alfonso et al.,(2015) así también resaltar que la pérdida de interés, la actitud negativa y la sensación de no dar más de si mismo de parte de los estudiantes por desarrollar sus actividades es considerado estrés académico sostiene Hederich & Caballero (2016). Por su parte Quito, Tamayo, Buñay, & Neira (2017) plantean que el estrés no siempre es negativo pues también permite alcanzar objetivos y superar obstáculos, pero cuando demanda demasiada exigencia que dificultan aplicar recursos de afrontamiento originará estrés.

Teniendo en cuenta la calidad del estrés, Selye en 1974 plantea dos tipos indica Chang (2017), el Distrés o Estrés Negativo considerado perturbador o perjudicial, se origina cuando las respuestas emitidas ante un estímulo estresor no es la adecuada o apropiada fomentando con ello la disminución del esfuerzo y la productividad de los estudiantes, produciéndole estrés y afectando la salud física y mental (Alejos, 2017); el estrés positivo o eutres, consiste en que las demandas o situaciones difíciles se desarrollen de manera armónica con resultados positivos sin exceder los parámetros fisiológicos y psicológicos establecido para las personas, originando confianza en el desarrollo de sus actividades, pensamientos y emociones, sostiene García, Pérez, Pérez, y Natividad (2012) citado por Quito et al.,(2017).

Para Lazarus y Folkman (1984) aquellos que causan el estrés no son propiamente los elementos estresores sino es la percepción que tienen las personas sobre los elementos estresores, es decir es la evaluación cognoscitiva que hacen los individuos sobre los estímulos estresores percibidos. El estrés de los estudiantes es causado por los resultados académicos no esperados, la aplicación de evaluaciones cognitivas o psicológicas, las situaciones de confrontación con los docentes, la separación de aula de clase, los estados de frustración en el proceso de aprendizaje y las situaciones de violencia en la escuela; así mismo otro elementos que ocasiona estrés en las escuelas es el sistema educativo que se aplica en el país pues muchas veces fomenta desorientación no solo de parte de los estudiantes sino también de los docentes señala Aguilar (2018) que cita a Connie Schmitz, Earl Hipp (2005)

Los síntomas que se evidencian en los educandos por el estrés de acuerdo a Rossi (2001) se presentan en tres niveles: el físico con opresión en el pecho, sensación de hormigueo en el estómago, sudoración en las palmas de las manos, en algunos casos taquicardias, dificultad en respirar, enfriamiento de los pies y manos, resequedad en los labios, ausencia o incremento de apetito, estreñimiento o diarreas, se contraen los musculos, dolor de cabeza, etc; el emocional o psicológico con ganas de llorar, estados de ansiedad y angustia, irritabilidad o irascibilidad, estados de violencia, pánico, miedo, preocupación excesiva, dificultad de concentración, indecisión para tomar decisiones, frecuentes cambios de humor y el nivel conductual con tics nerviosos, sufrir de insomnio, dormir excesivamente, risas nerviosas, mover constantemente su cuerpo sin motivo alguno, etc. Singh & Sharma (2012) señalan que las diversas exigencias a que se somete el organismo diariamente producen efectos acumulativos y nocivos, por otro lado Venancio (2018) sostiene que el primer síntoma que se evidencia ante una situación de conflicto es el nerviosismo, en respuesta al estado de

excitación en que se encuentra el individuo, por tanto, el estrés es un estado que repercute en la salud y básicamente afecta los estados anímicos de las personas.

Actualmente existen diversos modelos de estrés dependiendo a la orientación que se quiera asignar, así tenemos: El Estrés como respuesta, para Bucci y Luna (2012) el considerado “Padre del estrés” Hans Selye (1936), plantea al estrés como un tipo de reacción biológica imprecisa del organismo, que responde cuando se le somete a exigencias, evidenciándose cambios fisiológicos en el cuerpo, cuando este proceso se presenta de forma prolongada e intensa se origina el “Síndrome general de adaptación” (SGA), que consiste en los esfuerzos que despliegan las personas para adaptarse a las diversas demandas a que es sometido ocasionando cambios en el organismo (Selye,1936), se desarrolla a través de tres fases que evidencian las respuestas fisiológicas del ser humano ante sucesos de conflicto o angustia y como enfrentan estas situaciones estresantes, así tenemos: Alarma, primera fase de corta duración que de acuerdo a Chang (2017), consiste cuando las personas se encuentran ante situaciones de peligro o angustia originando reacciones de alarma reduciendo así la resistencia y preparando el organismo para afrontar situaciones angustiantes automáticamente, presentando síntomas como: Incremento de la frecuencia cardíaca, respiratoria, las pupilas se dilatan, aumenta la coagulación sanguínea, el bazo se contrae, etc., en esta fase los sistemas que defienden el organismo, se movilizan, debido que las hormonas se liberan para adaptarse y hacer frente a situaciones estresantes. La fase de resistencia, hace referencia a como estos elementos estresores afectan el organismo y como este intenta hacer frente a las situaciones o factores que considera amenazantes, adaptándose a estos y disminuyendo con ello el síndrome de lucha, en consecuencia, originar una alta resistencia a estos elementos estresores. El organismo llega al clímax de sus reservas, cuando reaccionan por situaciones desestabilizadoras, normalizándose posteriormente. Por último, la fase de agotamiento, es cuando el organismo afectado es incapaz de superar, afrontar o eliminarlo estos factores estresantes aparece la fase de agotamiento, es decir es cuando el organismo se encuentra agotado y no es capaz de afrontar la situación, trayendo consecuencias como enfermedades e inclusive generar alteraciones graves.

El estrés como estímulo para Holmes y Rahe, es un conjunto de estímulos que van a generar respuestas disruptivas en el individuo y que pueden originar desequilibrio en el organismo de manera permanente o transitorio, pueden ser medidos teniendo en cuenta una serie de fenómenos o eventos y para ello crearon el instrumento conocido como “Escala de estrés Holmes-Rahe”(1967), lista conformado por 42 sucesos que mediante una puntuación

establecida permite evaluar que tan estresante puede ser el suceso, mientras más acontecimientos son experimentados por los individuos incrementa su vulnerabilidad y lo expone a diversas enfermedades. El modelo de Rahe, resta importancia a otros factores también importantes como: las experiencias previas, la personalidad del individuo, el contexto donde se desarrollan los hechos, etc., refiere Walinga (2008) citado por Chang (2017).

El modelo propuesto por Folkman & Lazarus (1984) transaccional o interactivo del estrés plantean que las situaciones estresantes son el resultado de las transacciones que el individuo y su medio ambiente establecen, y se basan en la evaluación cognitiva y el afrontamiento que realizan las personas ante situaciones de conflicto que experimentan, es decir a pesar de que las situaciones de conflicto se presentan de forma similar en una situación determinada, estas se convertirán en elementos estresores de acuerdo al valor cognitivo que les asignen las personas; básicamente se puede señalar que el estrés centra su atención en procesos cognitivos originados por un conflicto, lo que requiere que el sujeto y el entorno interactúen, y el impacto resultante de la situación estresante dependerá de la evaluación que le otorguen las personas que intervienen señala Cuevas & García (2012). Como lo hace notar Barraza (2007) el modelo transaccional postulado por Lazarus y Folkman (1984) se estructura básicamente en la relación existente del sujeto y su entorno, considerando para ello evaluaciones de tipo primaria que incluye acontecimientos estresores y secundaria en relación a las estrategias que permitan el manejo de estas situaciones demandantes a las cuales denominaron estrategias de afrontamiento.

En el modelo sistémico cognoscitivista, Barraza (2006) propone al estrés académico como un proceso sistémico que se adapta especialmente en lo psicológico considerando tres momentos en que la naturaleza adaptativa de las personas es presentada: El primero, cuando se le somete al estudiante a un conjunto de demandas consideradas estresores (input); el segundo, cuando aparecen situaciones estresantes que manifiestan un conjunto de síntomas, provocadas por elementos estresores y el tercer momento cuando se realiza la acción de afrontamiento (output) que permita que el equilibrio sistémico sea restaurado. Además, Barraza argumenta que el individuo se desenvuelve dentro de una sociedad organizada en sistemas desde los primeros días de su vida hasta los últimos y una de estas organizaciones a que refiere son las instituciones educativas, organismo en el cual los estudiantes pasan gran tiempo de su vida sujetos a acontecimientos demandantes ya sean por la entidad educativa o dentro del aula.

El proceso para Barraza (2016), se desarrolla considerando tres componentes básicos: Los estresores que son demandas o exigencias a la que están sometidos diariamente los estudiantes en su entorno escolar o por parte de sus maestros, empleando para ello capacidades que le permitan cumplir con sus actividades asignadas. Estudios realizados en relación a las demandas académicas que se evidencian mayormente en las entidades educativas son: las tareas escolares excesivas, los trabajos de investigación, las evaluaciones a que sometidos los estudiantes, relación con los docentes, etc; así mismo, mencionar que el desequilibrio sistémico que presentan los estudiantes son denominados síntomas, estos se presentan luego de identificar y reconocer los elementos que los producen, evidenciándose posteriormente en una serie de indicadores o síntomas de índole físico, psicológico o comportamental que evidencia estrés en los estudiantes y finalmente consideramos a las estrategias de afrontamiento que son mostradas mediante las acciones o esfuerzos efectuados por los estudiantes que pueden evidenciarse cognitivamente o conductuales que les permita hacer frente al estrés una vez identificada permitiendo con ello que resuelva o mitigue las consecuencias emocionales del mismo. En los últimos años, el empleo de la tecnología también está influyendo considerablemente la parte académica, emocional y social, afectando el bienestar mental y emocional de los estudiantes.

Teniendo en cuenta que en la institución educativa N° 5168 ubicado en el distrito de Puente Piedra se evidencia estudiantes que presentan dificultades en relación al manejo de sus emociones que les permita enfrentar todo tipo de demandas provenientes de su entorno educativo, por ello se formula la siguiente interrogante ¿Qué relación existe entre la inteligencia emocional y el estrés académico en estudiantes del VI ciclo de la Institución Educativa N° 5168 de Puente Piedra, 2019?. Así también se busca responder interrogantes específicas como ¿Qué relación existe entre la Inteligencia emocional y los elementos estresores, síntomas y acciones de afrontamiento en estudiantes del VI ciclo de la Institución Educativa N° 5168 de Puente Piedra, 2019?

El propósito de este estudio tiene como intención dar a conocer la relación existente entre estas dos variables esenciales que intervienen en cualquier ámbito en el que se desarrolla el ser humano pues es sabido que la implicancia de ellas es elemental en la trayectoria personal, académica y laboral, y el dominio de ellos dependerá el bienestar emocional y cognitivo.

Por otra parte, en las aulas de aprendizaje se evidencia la dificultad que presentan los estudiantes en el logro de sus objetivos debido a que muchas veces no logran el desarrollo de sus habilidades emocionales que complementa con la parte cognitiva o simplemente no

cuentan con las condiciones necesarias que le permiten afrontar las exigentes demandas que impone mucha veces el sistema educativo así como el avance tecnológico que en los últimos años ha adquirido relevancia en el desarrollo de la vida cotidiana, por ello la necesidad de que los docentes fomenten espacios donde apliquen estrategias y técnicas que incentive la formación de los educandos integralmente considerando la parte cognitiva y emocional, fomentando actitudes positivas por el aprendizaje en un ambiente donde se practique el respeto por ellos mismos y los demás.

Esta investigación busca integrar y comprometer a todos los agentes educativos para identificar situaciones conflictivas que evidencie desequilibrio en los estudiantes, interviniendo oportunamente y contribuyendo de esta manera con el logro de habilidades emocionales y cognitivos para que se desenvuelvan adecuadamente en este mundo competitivo.

Estudios previos han señalado la importancia de establecer objetivos claros y realistas que se pretende lograr en una investigación y de qué forma podrían contribuir en resolver un problema (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014, p 37), este estudio ha considerado establecer el siguiente objetivo principal: Determinar la relación existente entre la inteligencia emocional y el estrés académico en estudiantes del VI ciclo de la Institución Educativa N° 5168 de Puente Piedra, 2019 así mismo se pretende lograr objetivos específicos como: Determinar la relación existente entre la inteligencia emocional y los elementos estresores, síntomas y acciones de afrontamiento en estudiantes del VI ciclo de la I.E N° 5168 del distrito de Puente Piedra, 2019.

Así mismo en el presente estudio se pondrá a prueba la hipótesis general: La inteligencia emocional se relaciona significativamente con el estrés académico en estudiantes del VI ciclo de la Institución Educativa N° 5168 del distrito de Puente Piedra, 2019; así también se propone las hipótesis específicas: La inteligencia emocional se relaciona significativamente con los elementos estresores, síntomas y acciones de afrontamiento en estudiantes del VI ciclo de la Institución Educativa N° 5168, Puente Piedra, 2019; teniendo en cuenta que las hipótesis resultan del planteamiento de un problema observado por ello son considerados guías o referentes y representaran lo que se quiere probar en el estudio ejecutado, por tanto es necesario formularlo a modo de proposiciones afirmativas (Hernández, et al., 2014, p. 105).

II. Método

Se consideró el enfoque cuantitativo porque responde a una serie de procesos secuenciales y probatorios donde determinan y miden las variables que intervendrán en esta investigación teniendo en cuenta un determinado contexto, también se establecerán las hipótesis del caso, recogiendo información de los participantes para probar las hipótesis de forma numérica que será analizado estadísticamente (Hernández, et al.,2014).

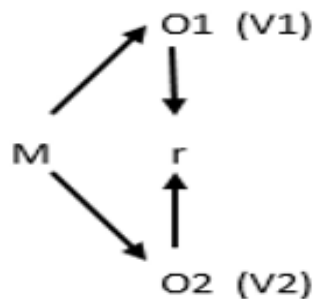
2.1 Tipo y diseño de investigación

El diseño es de tipo No experimental de corte transversal correlacional.

De acuerdo a Hernández, et al., (2014) es no experimental porque las variables empleadas en el estudio no fueron manipuladas, limitándose solo a observar cómo se desarrollan los fenómenos en su entorno natural.

Transeccionales o transversales porque se procedió al recojo de la información en un único momento, descriptivo debido a que la finalidad solo fue describir las variables analizando su incidencia e interrelación entre ellas, correlacional porque el alcance de esta investigación busca conocer el grado de asociación existente entre ellas y como se relacionan en un contexto sostiene Hernández, et al., (2014).

La representación del estudio es:



Dónde:

M : Educandos del VI ciclo

V1: Inteligencia emocional.

V2: Estrés Académico

r : Relación entre las variables

2.2 Operacionalización de variables

V1 Inteligencia emocional

Definición conceptual.

Reside en la habilidad de percibir, generar, comprender y regular los sentimientos y emociones con la finalidad de fomentar el desarrollo emocional e intelectual de las personas (Mayer y Salovey,1997).

Definición operacional.

El instrumento es un cuestionario de Likert de 20 ítems distribuidos en tres dimensiones: Percepción, comprensión, regulación para promover crecimiento.

Tabla 1

Matriz de operacionalización de Inteligencia Emocional (Según teoría de Mayer y Salovey)

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala	Niveles o rangos
Percepción	Identificar emociones propias	1,2,7	1=Nunca	Bajo = 7 – 16
		3,4	2=Rara vez	Medio = 17 – 26
	Identificar emociones de los demás	5,6	3=Algunas veces	Alto = 27 - 35
	Discriminar emociones		4=Casi siempre	
			5=Siempre	
Comprensión	Etiquetar emociones	8,9	1=Nunca	Bajo = 6 – 14
	Entender relaciones existentes	10,11	2=Rara vez	Medio = 15 – 23
		12,13	3=Algunas veces	Alto = 24 - 30
	Interpretar emociones complejas		4=Casi siempre	
			5=Siempre	
Regulación para promover crecimiento	Controlar emociones	14,15,17	1=Nunca	Bajo = 7 – 16
		16,18	2=Rara vez	Medio = 17 – 26
	Reflexionar utilidad de emociones	19,20	3=Algunas veces	Alto = 27 - 35
	Regular emociones sin minimizarlas ni exagerarlas		4=Casi siempre	
			5=Siempre	

V2 Estrés académico

Definición conceptual.

Proceso sistémico esencialmente adaptativo y psicológico, presentado en tres oportunidades: Primero, cuando el estudiante está supeditado a demandas considerados estresores; segundo, cuando estos elementos estresores fomentan síntomas provocando el desequilibrio sistémico y el tercero, las acciones de afrontamiento que realiza el estudiante para restablecer el equilibrio sistémico. (Barraza,2008)

Definición operacional.

Se considerará la aplicación de un cuestionario tipo Likert de 20 ítems, estructurados en tres dimensiones: Elementos estresores, síntomas y acciones de afrontamiento.

Tabla 2

Matriz de operacionalización de Estrés Académico (Según teoría de Barraza Macías Arturo)

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala	Niveles o rangos
Elementos estresores	Aspecto académico	1,2,3,6	1=Nunca 2=Rara vez 3=Algunas veces 4=Casi siempre 5=Siempre	Bajo = 6 – 14 Medio = 15 – 23 Alto = 24 - 30
	Relación docente	4,5		
Síntomas	Físico	7,11	1=Nunca 2=Rara vez 3=Algunas veces 4=Casi siempre 5=Siempre	Bajo = 7 – 16 Medio = 17 – 26 Alto = 27 - 35
	Emocional o psicológico	8,13		
Acciones de afrontamiento	Conductual	9,10,12	1=Nunca 2=Rara vez 3=Algunas veces 4=Casi siempre 5=Siempre	Alto = 7-16 Medio = 17 - 26 Alto = 27 - 35
	Acciones cognitivas	15,16,20		
	Acciones	14,17,18,19		
	Conductuales			

2.3 Población y muestra

Población

Teniendo en cuenta que universo o población son todos los individuos o elementos que coinciden en tener ciertas características que es objeto de estudio y la cual se empleará para generalizar la obtención de resultados del estudio que se está ejecutando (Hernández, et al., 2014, p. 174).

El presente estudio considero un total de 230 estudiantes del VI ciclo conformados por 1° y 2° donde las edades oscilan entre 12 a 15 años.

Muestra

Es el subconjunto finito de una determinada población accesible que es considerado representativo para el estudio realizado (Arias, 2012, p.84). Para la muestra estadística del presente estudio se empleó la fórmula de Arnal, Del Rincón, & La Torre (1992) considerando el tamaño de la población, margen de error y el nivel de confianza.

La fórmula considerada:

$$n = \frac{Z^2 \times N \times p \times q}{E^2 \times (N - 1) + Z^2 \times (p \times q)}$$

Por tanto, la muestra probabilística para esta investigación representa 144 estudiantes.

2.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad

2.4.1 Técnica

La técnica empleada fue la encuesta, según Arias (2012) es una estrategia que va a permitir obtener información en relación a un tema específico o de aquello que se está investigando. Posteriormente se realizó el análisis de la información empleando el SPSS 25.

2.4.2 Instrumento

Los instrumentos que se aplicaron en este estudio fueron dos cuestionarios tipo Likert constituidos por 20 ítems cada variable y estructurados en tres dimensiones cada uno de ellos.

Se denomina cuestionario “al conjunto de preguntas estructurados sistémicamente y plasmados en un documento que tienen el objetivo de recoger información de un determinado tema que en este caso guardan relación con las variables y los indicadores que se está investigando para verificar las hipótesis establecidas” (Ñaupas, Mejía, Novoa, & Villagómez, 2014, p. 211).

2.4.3 Validez

Se entiende por validez al grado que un instrumento realmente mida aquello que quiera medir de una variable determinando con ello la validez de la misma refiere Hernández, et al., (2014), así mismo cabe mencionar que la validez de contenido que es lo que se consideró en la elaboración de los instrumentos del presente estudio, no puede cuantificarse o medirse por ello se recurrió a juicio de expertos que establece la validez de cada ítem que forma parte del instrumento y con ello también advertir en la estructura del instrumento su probabilidad de error (Corral, 2009).

Tabla 3

Relación de evaluación de juicio de expertos de inteligencia emocional y estrés académico.

N°	Experto	Pertinencia, Relevancia y claridad	Calificación del instrumento
1	Dr. Luis Alberto, Palomino Barrios	Si	Aplicable
2	Mg. Jenny Bertha, Grados Moreno	Si	Aplicable
3	Mg. Yarida Nora, Falcón Ccenta	Si	Aplicable
4	Mg. William Eduardo, Mory Chiparra	Si	Aplicable

2.4.4 Confiabilidad

Se consideró para la confiabilidad el Alfa de Cronbach, a fin de valorar de manera fiable los instrumentos; la “Prueba piloto” en este estudio fue de 20 estudiantes; ya que se requería medir la consistencia interna de los instrumentos; la confiabilidad que se requiere consiste en obtener los mismos resultados luego de aplicar varias veces el mismo instrumento. (Hernández, et al.,2014, p.200)

Tabla 4

Prueba de fiabilidad de Inteligencia Emocional y estrés académico

Variables	Alfa de Cronbach	N de elementos
Inteligencia emocional	0,835	20
Estrés académico	0,903	20

Interpretación

Los resultados obtenidos del coeficiente Alfa de Cronbach para inteligencia emocional dio 0,835 y para estrés académico 0,903 esto indica que los instrumentos sostienen una Muy alta confiabilidad de acuerdo con Ruíz y Bolívar (2002), se deduce que es fiable debido a que el valor obtenido se acerca a la unidad.

2.5 Procedimiento

El presente estudio pretende determinar la relación existente la Inteligencia emocional y el Estrés académico para ello se eligió desarrollar una investigación cuantitativa con diseño de tipo no experimental, correlacional, ya que se pretendió encontrar el grado de asociación existente entre las variables estudiadas.

Teniendo en cuenta la naturaleza del estudio se aplicó dos cuestionarios: Inteligencia emocional y estrés académico, estructurados con 20 ítems cada uno, el cual tuvo que ser sometido a “juicio de expertos” para su validación; luego se procedió a la aplicación de la “Prueba piloto” a 20 estudiantes, considerando para la prueba de confiabilidad el Alfa de Cronbach.

Posteriormente se aplicó los cuestionarios a los 144 de una población de 230 participantes que integran el VI ciclo.

2.6 Métodos de análisis de datos

La recolección de información se inició presentando una solicitud a la sub de la IE N°5168, del distrito de Puente Piedra para aplicar los cuestionarios. Se procedió al recojo de la información mediante el empleo de los cuestionarios a los 144 estudiantes en un solo momento, contando con el apoyo de los docentes a cargo de las aulas.

Los análisis de la información recogido se sometieron a un proceso de análisis empleando para ello el programa de SPSS 25 y Excel 2016. En la parte descriptiva se analizó la estadística considerando frecuencias, porcentajes, gráficos en 3D; en la parte inferencial, se determinó el empleo de la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov por consideran una muestra mayor a 50 participantes, de acuerdo a la distribución de los datos de manera anormal se procedió a la aplicación de Rho Spearman, estadística no paramétrica que permitió medir la correlación existente de las dos variables.

En la discusión se consideró la confrontación de los resultados antecedentes y teorías.

Los resultados se elaboraron teniendo en cuenta los resultados de las hipótesis.

2.7 Aspectos éticos

Luego de la solicitud de permiso dirigido a la autoridad de la Institución Educativa en la cual se hizo referencia que se aplicaría los instrumentos para realizar el estudio se procedió al ingreso a las aulas donde se solicitó a los estudiantes la realización de los cuestionarios de manera anónima y enfatizando los fines académicos de la investigación, considerando con ello la confidencialidad en el recojo de la información dentro de un clima donde predominó el respeto en todo momento.

III. Resultados

3.1 Resultados descriptivos

3.1.1 Inteligencia emocional

Tabla 5

Distribución de frecuencias y porcentajes de inteligencia emocional en los estudiantes del VI ciclo de la I.E N°5168

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	27	18,8
Medio	36	25,0
Alto	81	56,3
Total	144	100,0

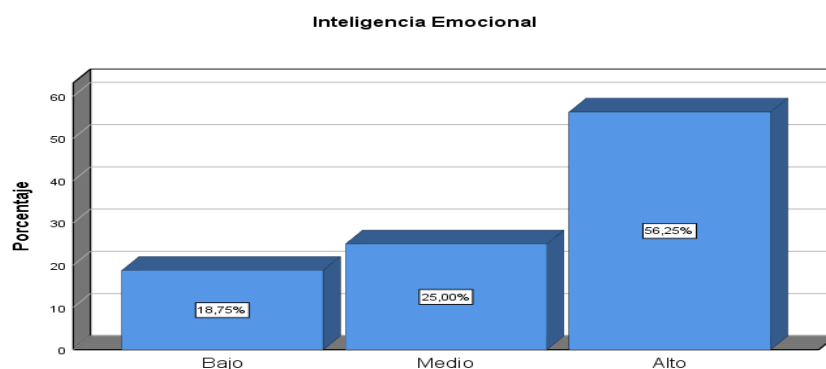


Figura 1. Distribución porcentual por niveles de Inteligencia Emocional

Interpretación

En la tabla 5 y figura 1, se observa que un 18,8 % se encuentra en el nivel bajo, 25% en un nivel moderado, y un 56,3% en el alto. De acuerdo a los resultados se concluye un predominio en el nivel alto de alumnos con inteligencia emocional.

Tabla 6

La inteligencia emocional y sus dimensiones

Niveles	Percepción		Comprensión		Regulación para promover crecimiento	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	27	18,8 %	27	18,8 %	27	18,8 %
Medio	35	24,3 %	45	31,3 %	56	38,9
Alto	82	56,9 %	72	50,0 %	61	42,4
Total	144	100,0 %	144	100,0 %	144	100,0

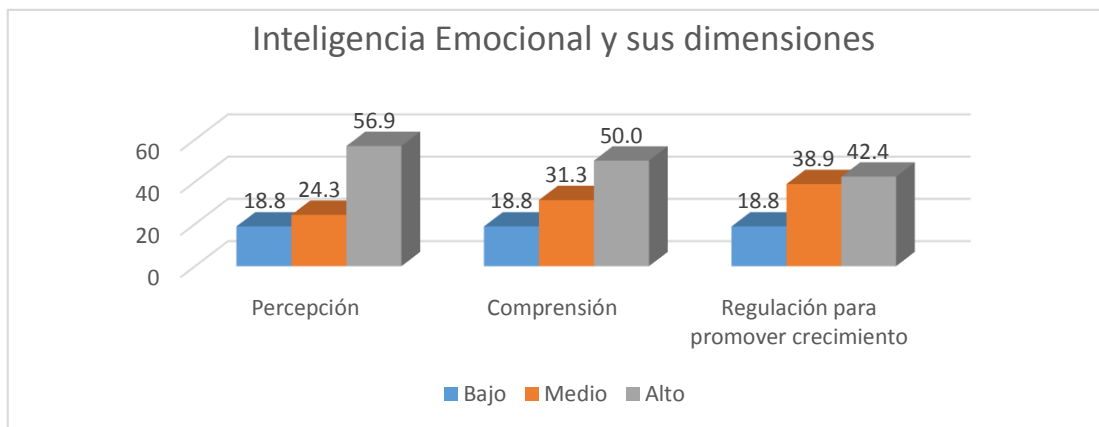


Figura 2. Distribución porcentual de las dimensiones de la Inteligencia emocional

Interpretación

En la tabla 6 y figura 2 se puede visualizar en la dimensión percepción 56,9% en el nivel alto, 24,3% en el medio y 18,8% en el nivel bajo. En comprensión se visualiza 50,0% en el nivel alto, 31,3% en el medio y 18,8% en el bajo. Y en regulación para promover el crecimiento 42,4% en el nivel alto, 38,9% y 18,8% en los niveles medio y bajo respectivamente. Basándose en estos resultados se concluye un predominio del nivel alto en las tres dimensiones de la Inteligencia emocional.

3.1.2 Estrés académico

Tabla 7

Distribución de frecuencias y porcentajes de estrés académico en estudiantes del VI ciclo de la I.E N° 5168

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	24	16,7
Medio	112	77,8
Alto	8	5,6
Total	144	100,0

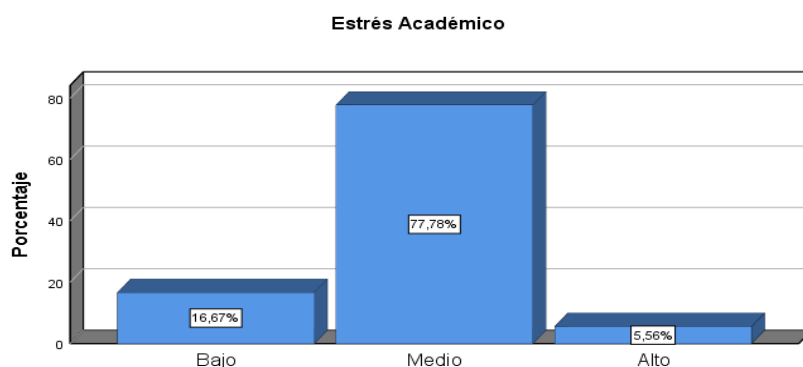


Figura 3.. Distribución porcentual por niveles del Estrés académico

Interpretación

En la tabla 7 y figura 3, se visualiza un 16,7% en el nivel bajo, 77,8% en el nivel medio y 5,6% en el alto. Concluyendo que la mayor parte de los estudiantes se encuentran con un moderado estrés académico.

Tabla 8

El estrés académico y sus dimensiones

Niveles	Elementos estresores		Síntomas		Acciones de afrontamiento	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	97	67,4	78	54,2	27	18,8 %
Medio	20	13,9	35	24,3	56	38,9
Alto	27	18,8	31	21,5	61	42,4
Total	144	100,0	144	100,0	144	100,0

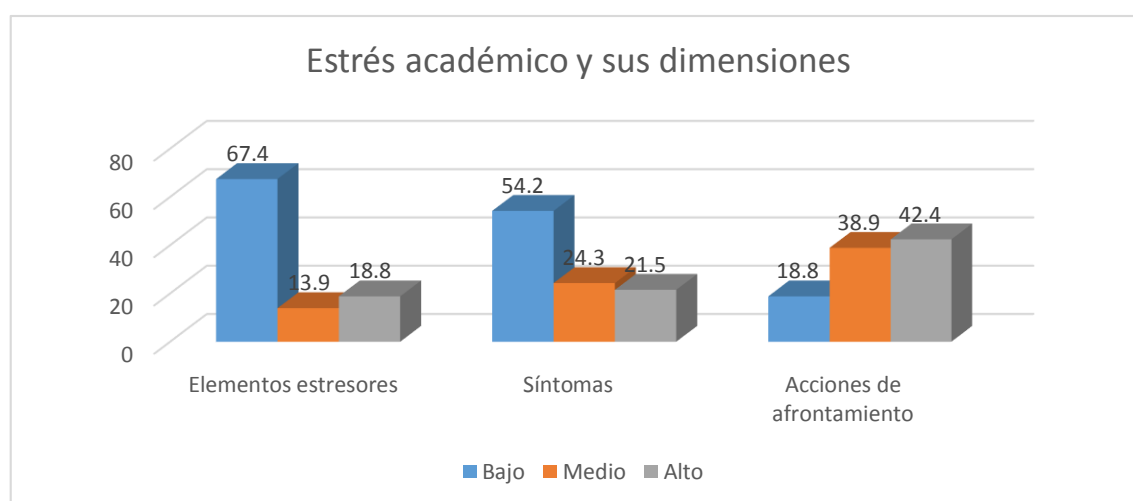


Figura 4. Distribución porcentual de las dimensiones del Estrés académico

Interpretación

En la tabla 8 y figura 4 se evidencia en la dimensión elementos estresores 18,8% en el nivel alto, 13,9% en el medio y 67,4% en el nivel bajo. En síntomas 21,5% en el nivel alto, 24,3% en el medio y 54,2% en el bajo. Y en acciones de afrontamiento 42,4% en el nivel alto, 38,9% en el medio y 18,8% en el bajo. De acuerdo a los resultados se aprecia que en las dimensiones elementos estresores y síntomas se destaca el nivel bajo, y en la dimensión acciones de afrontamiento resalta el nivel alto en la variable estrés académico.

3.2 Resultados correlacionales

Prueba de normalidad

Tabla 9

Prueba de normalidad de inteligencia emocional y estrés académico con sus dimensiones

Variables y dimensiones	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Inteligencia emocional	0.221	144	0.000
Percepción	0.201	144	0.000
Comprensión	0.206	144	0.000
Regulación	0.229	144	0.000
Estrés académico	0.234	144	0.000
Elementos estresores	0.216	144	0.000
Síntomas	0.248	144	0.000
Acciones de afrontamiento	0.139	144	0.000

a. Corrección de significación de Lilliefors

Interpretación

En la tabla 9. De acuerdo a los resultados se determinó emplear la prueba de Kolmogorov-Smirnov teniendo en cuenta que la muestra considerada es mayor a 50 personas. Se observa que los resultados del análisis de la prueba de normalidad en las variables y sus dimensiones dieron $p < 0,05$ por lo tanto se considera que la distribución de datos es no normal o asimétrica siendo procesados de forma no paramétrica usando el estadístico de correlación de Spearman.

3.2.1 Inteligencia emocional y estrés académico

Hipótesis general

H₀: La inteligencia emocional no se relaciona significativamente con el estrés académico en estudiantes del VI ciclo de la Institución Educativa N°5168 del distrito de Puente Piedra del año lectivo 2019.

H₁: La inteligencia emocional se relaciona significativamente con el estrés académico en los estudiantes del VI ciclo da Institución Educativa N°5168 del distrito de Puente Piedra del año lectivo 2019.

Tabla 10

Distribución de Coeficiente de correlación de Rho Spearman de inteligencia emocional y estrés académico

			Inteligencia emocional	Estrés académico
Rho de Spearman	Inteligencia emocional	Coeficiente de correlación	1,000	-0,587**
		Sig. (bilateral)	.	0,000
		N	144	144
	Estrés académico	Coeficiente de correlación	-0,587**	1,000
		Sig. (bilateral)	0,000	.
		N	144	144

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Interpretación

Se aprecia en la tabla 10 según los resultados de Rho de Spearman de -0,587** que existe una correlación inversa moderada entre las dos variables de estudio y una correlación significativa de 0,000. Por los resultados obtenidos se acepta la hipótesis alternativa.

3.2.2 Inteligencia emocional y elementos estresores

Hipótesis específica 1

Ho: La inteligencia emocional no se relaciona con los elementos estresores en estudiantes del VI ciclo de Educación Básica Regular de la I.E N°5168 en el 2019 del distrito de Puente Piedra.

H₁: La inteligencia emocional se relaciona significativamente con los elementos estresores en estudiantes del VI ciclo de Educación Básica Regular de la I.E N°5168 en el 2019 en Puente Piedra.

Tabla 11

Distribución de coeficiente de correlación de Rho Spearman de inteligencia emocional y elementos estresores

			Inteligencia Emocional	Elementos estresores
Rho de Spearman	Inteligencia emocional	Coeficiente de correlación	1,000	-0,778**
		Sig. (bilateral)	.	0,000
		N	144	144
	Elementos estresores	Coeficiente de correlación	-0,778**	1,000
		Sig. (bilateral)	0,000	.
		N	144	144

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Interpretación

En la tabla 11 el Coeficiente de correlación de Rho de Spearman es igual a $-0,778^{**}$ lo que representa una correlación inversa alta entre la variable inteligencia emocional y la dimensión elementos estresores, y una correlación significativa de 0,000. Por lo cual se rechaza la hipótesis nula.

3.2.3 Inteligencia emocional y síntomas

Hipótesis específica 2

H₀: No existe relación significativa entre la inteligencia emocional y la dimensión síntomas en los estudiantes de la I.E N°5168 del VI ciclo del nivel secundaria en el distrito de Puente Piedra, 2019.

H₁: La inteligencia emocional se relaciona significativamente con la dimensión síntomas en los estudiantes de la I.E N°5168 del VI ciclo del nivel secundaria en el distrito de Puente Piedra, 2019.

Tabla 12

Distribución de coeficiente de correlación de Rho Spearman de inteligencia emocional y síntomas

			Inteligencia emocional	Síntomas
Rho de Spearman	Inteligencia emocional	Coeficiente de correlación	1,000	-0,722**
		Sig. (bilateral)	.	0,000
		N	144	144
	Síntomas	Coeficiente de correlación	-0,722**	1,000
		Sig. (bilateral)	0,000	.
		N	144	144

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Interpretación

En la tabla 12, se puede visualizar que la Correlación de Rho de Spearman de la variable inteligencia emocional y la dimensión síntomas es igual a $-0,722^{**}$ lo que significa que existe una correlación inversa alta, y una correlación significativa de 0,000. Por ello se aprueba la hipótesis alternativa.

3.2.4 Inteligencia emocional y acciones de afrontamiento

Hipótesis específica 3

Ho: La inteligencia emocional y acciones de afrontamiento no se relacionan en estudiantes del VI ciclo de secundaria en el 2019 de la I.E N°5168 de Puente Piedra, 2019.

H1: La inteligencia emocional se relaciona significativamente con acciones de afrontamiento en estudiantes del VI ciclo de la I.E N°5168, Puente Piedra, 2019.

Tabla 13

Distribución de coeficiente de correlación de Rho Spearman de inteligencia emocional y acciones de afrontamiento

			Inteligencia emocional	Acciones de afrontamiento
Rho de Spearman	Inteligencia emocional	Coeficiente de correlación	1,000	0,917**
		Sig. (bilateral)	.	0,000
		N	144	144
	Acciones de afrontamiento	Coeficiente de correlación	0,917**	1,000
		Sig. (bilateral)	0,000	.
		N	144	144

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Interpretación

Según los valores arrojados en la tabla 13 se evidencia que Rho de Spearman es igual a 0,917** ($p=0,000$), lo que quiere decir que existe una correlación alta entre la inteligencia emocional y las acciones de afrontamiento, y tiene una correlación significativa. Por consiguiente, se rechaza la hipótesis nula.

IV. Discusión

Lo que muestran los resultados del presente estudio indican que existe una Correlación inversa moderada entre la inteligencia emocional y el estrés académico de acuerdo a los resultados obtenidos del Coeficiente de correlación de Rho de Spearman que dio $-0,587^{**}$ y una correlación significativa de 0,000 es así que se rechaza la hipótesis nula, este estudio guarda cierta relación con la investigación efectuada en la Universidad Nacional Hermilio Valdizan de Huánuco, por Picoy (2015) titulada “Inteligencia emocional y estrés académico” a 72 universitarios de psicología de 1° a 5° año, la cual obtuvo un resultado de -0.39 determinando que existe una Correlación negativa débil concluyendo que el estrés académico decrece si aumenta la inteligencia.

Algunos estudios previos que se han realizado en relación a la inteligencia emocional y el estrés académico coinciden con la presente investigación, como la publicación de Picasso, Lizano y Anduaga (2016), “Estrés Académico e Inteligencia Emocional en Estudiantes de Odontología”, determinaron en su investigación ($P: 0,013$) que aquellos que presentan un alto nivel de comprensión de sus emociones evidencian menos síntomas de estrés, es decir que existe una relación inversa; estos resultados se relacionan con el estudio efectuado por Barraza López, Muñoz, y Behrens (2017) en su publicación “Relación entre inteligencia emocional y depresión-ansiedad y estrés” concluyendo que si la inteligencia emocional es percibida de forma apropiada podría considerarse como un factor de protección ante la carga emocional negativa que se genera por el estrés en los estudiantes, por ello la inteligencia emocional se relaciona de manera inversa con el estrés académico, que al incrementarse uno con el adecuado manejo de las emociones va decreciendo el nivel de estrés de forma gradual; por otra parte la investigación realizada en Chiclayo por Domínguez (2019), “Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes del sexto ciclo de educación básica regular”, estudio no experimental y correlativa, luego de emplear la estadística de Pearson llegó a la conclusión de que existe correlación positiva baja entre las dimensiones de las variables estudiadas.

Esta investigación ha detectado la relevancia del logro de la Inteligencia emocional en los estudiantes, es así que en los últimos años países como EE.UU a partir del 2011 ha considerado insertar en su programas educativos el desarrollo de las habilidades emocionales que permita la formación integral de los estudiantes, implementado el programa “juegos del buen comportamiento” con el propósito de fomentar en los estudiantes la formación emocional, por ello han insertado en sus evaluaciones importantes la parte emocional refiere

Schiappa –Pietra (2018). Por lo expuesto Sternberg, R.; Kaufman, J. (1998) citado por Sosa, Navarrete, & Escoffié (2014) refieren que si se desea una vida feliz es necesario integrar el corazón y la cabeza evitando que uno predomine sobre el otro, logrando con ello el desarrollo de habilidades adaptativas y por consiguiente contar con inteligencia emocional.

Basándose en los resultados obtenidos de la primera hipótesis específica, el resultado obtenido dio $-0,778^{**}$ y un nivel de significación de 0,000 lo que representa que existe una Correlación inversa alta entre la inteligencia emocional y la dimensión Elementos estresores, esto se relaciona con el estudio realizado por Toribio & Franco (2016), “Estrés Académico: El Enemigo Silencioso del Estudiante”, donde plantea que las evaluaciones, las actividades asignadas, el tiempo determinado, la personalidad del docente son los agentes estresores que con más frecuencia se presentan en los entornos escolares. Por su parte en relación a lo expuesto Pacco (2017) afirma también que son las actividades escolares los que más producen situaciones de opresión y ansiedad en los educandos a pesar de que organismos internacionales ya lo han prohibido. Así mismo el resultado obtenido en este estudio se relaciona con lo que plantea en su modelo transaccional o interactivo, Lazarus y Folkman (1984) donde refiere que el estrés depende de la percepción que les asignan los individuos a los diversos elementos estresores de su medio, esto refiere a la evaluación cognoscitiva que realizan las personas a los estímulos percibidos de su entorno. Tras analizar los datos obtenidos en el presente estudio podemos coincidir con Alfonso, Calcines, Monteagudo & Nieves (2015) quienes sostienen que el estrés en los últimos años está adquiriendo relevancia tanto así que ya es considerado un problema y que cada vez más se está incrementando las personas quienes lo perciben, esto no excluye al sector educativo presentándose en todos los niveles y sectores debido a las constantes demandas y exigencias a que se somete a los educandos, así mismo cabe resaltar el empleo de la tecnología que en los últimos años también está afectando considerablemente el bienestar mental y emocional de los estudiantes.

Para la comprobación de la segunda hipótesis los resultados dieron $-0,722^{**}$ concluyendo que existe una Correlación inversa alta entre la Inteligencia emocional y la dimensión Síntomas, así como un nivel de significación de 0.000, con lo que se puede deducir que existe una correlación significativa. Los resultados de esta investigación se relacionan con los estudios de Barraza (2016) quien sostiene que los sistemas son desequilibrio sistémico que se manifiesta a través de indicadores o señales que pueden ser de naturaleza físico, psicológico o comportamental que evidencian que los estudiantes tienen estrés, esta postura es compartida por la OMS (2017) que plantea que a nivel mundial se ha

incrementado los trastornos de ansiedad en un 15% , sobre todo en la población femenina por ello en 2016 se consideró establecer programas para fomentar la salud mental y emocional desde la etapa prenatal evitando con ello incrementar niveles de tensión que se han evidenciado en la población estudiantil poniendo en riesgo la salud física y emocional de los mismos. De acuerdo a lo expuesto en los párrafos anteriores la investigación de Martínez y Díaz (2007) refiere que los malestares emocionales y físicos que presentan los estudiantes así como la relación existente entre estudiantes y docentes se presentan generalmente en la educación media y superior.

Uno de los objetivos de la presente investigación fue determinar la relación existente entre la inteligencia emocional y los síntomas de estrés que se evidencian en los estudiantes; en relación a esto el “Padre del estrés” Hans Selye (1936), plantea que el estrés es toda reacción biológica presentada por el organismo que responde a las diversas exigencias y demandas a que es sometido los educandos evidenciándose ello en los cambios fisiológicos que se presentan en el cuerpo y cuando se manifiesta de manera prolongada entonces se produce el “Síndrome general de adaptación”, que consiste en los esfuerzos que realizan las personas para poder adaptarse a las diversas situaciones a la que está expuesta y que muchas veces les produce cambios en el organismo, en relación a esto Rossi (2001) refiere que los síntomas que presentan los estudiantes se pueden manifestar en tres niveles, físico como sensación de opresión en el pecho, sudoración, taquicardias, respiración con dificultad, dolores musculares, de cabeza, entre otros; emocional o psicológico que se presentan con la sensibilidad produciendo ganas de llorar, estados de angustia y ansiedad, irritabilidad, violencia, pánico, preocupación excesiva, dificultad para concentrarse, cambios de humor, etc. y por último cabe mencionar al tercer nivel el conductual mediante tics nerviosos, insomnio o movimiento del cuerpo sin razón alguno, con lo expuesto anteriormente Venancio (2018) refiere que la primera manifestación que se presenta ante una situación difícil o de conflicto, es el nerviosismo por el estado de excitación del individuo que afecta los estados de ánimo por consiguiente el bienestar emocional del individuo.

Algunos estudios previos que se han realizado referente al estrés en estudiantes se relacionan con la propuesta del presente estudio como es el caso de Vivanco (2018) en su estudio titulado “Estrés Académico y Motivación Escolar” de acuerdo al Coeficiente de correlación Phi de ($\phi = 0,683$; $p < 0,05$), concluyo que la motivación se relaciona significativamente con el estrés, presentando una relación inversa.

En relación a la tercera hipótesis se concluyó que existe una correlación muy alta entre la inteligencia emocional y la dimensión acciones de afrontamiento luego de obtener un nivel de Correlación significativa de 0.000 que representa un alto grado de confiabilidad, así como $Rho=0,917^{**}$. Por consiguiente, se rechaza la hipótesis nula. En relación a los resultados del presente estudio Usán & Salavera (2019) en su investigación “Efectos de la inteligencia emocional en el burnout y engagement académico” destaca la importancia de fomentar habilidades adaptativas y emocionales con el propósito de elevar el desempeño académico en los adolescentes; así como algunos estudios previos realizados en relación a la inteligencia emocional coinciden en la importancia del desarrollo de la inteligencia emocional para el adecuado afrontamiento a situaciones difíciles que están sujetos los humanos, requiriendo para ello el desarrollo de habilidades y capacidades que le permitan desarrollarse en cualquier contexto, sobre todo en el entorno educativo, tal como Mayer y Salovey 1997 citado por Fernández & Extremera (2005) afirma, que la importancia de adquirir la habilidad que permite controlar las emociones y sentimientos propios pero también ajenos se denomina regulación y que el empleo de este permitiera regular y controlar las emociones negativas afirmando los positivos; para ello sostiene se debe de considerar principios como autoconocimiento, empatía, habilidades sociales y la creatividad; por su parte Bar-On R. (1997) sostiene que la inteligencia emocional va a permitir afrontar los elementos o demandas que se presentan a las personas, pues permitiera contar con las habilidades y capacidades necesarias que le permitan regular sus sentimientos y emociones. En relación a lo expuesto anteriormente la investigación efectuada por Barraza (2016) en su modelo sistémico cognoscitivista, plantea que las personas se desenvuelven dentro de una sociedad organizada desde los primeros días de su vida, esto incluye las instituciones educativas; en relación al estrés una de las variables del presente estudio plantea que es un proceso sistémico que considera tres componentes básicos, los elementos estresores que son las exigencias a que los estudiantes están frecuentemente sujetos en su entorno educativo, como las excesivas actividades escolares, las evaluaciones y otras actividades a que están sometidos dentro o fuera del aula; los indicadores que evidencian desequilibrio sistémico en los estudiantes se denominan síntomas, estas manifiestan luego de reconocer e identificar a los elementos estresores, fomentando malestar evidenciándose con indicadores o señales físicos, psicológicos o conductuales; pero para ello los estudiantes deberán manifestar acciones cognitivas o conductuales que les permita hacer frente a estas situaciones difíciles o conflictivas denominadas estrategias de afrontamiento.

El presente estudio señala la relacion existente que se presenta entre la inteligencia emocional y el estrés academico como se ha señalado en los parrafos anteriores asi como la importancia de adquirir habilidades emocionales, adaptativas y reguladoras que permitan el control y manejo de los sentimiento y emociones asi como la importancia de contar con las condiciones necesarias que le permitan desenvolverse y hacer frente a situaciones dificiles, en relacion a lo expuesto el Minedu (2016) plantea la importancia de considerar en las aulas acompañamiento socioafectivo a los estudiantes teniendo en cuenta aquellas competencias que incrementen su desarrollo emocional y social por consiguiente lograr que los educandos cuenten con capacidades que le ayuden a decidir de manera adecuada y oportuna , presentando condiciones para construir su proyecto de vida, asi como lograr capacidades de autoregulacion frente a situaciones dificiles; asi como se planteo en el informe Delors(1996) donde refiere la importancia de desarrollar habilidades socio emocionales en los estudiantes, considerando por ello como uno de los cuatro pilares de la educacion «aprender a ser». En relación a lo señalado anteriormente cabe mencionar el estudio presentado en el Perú por Torpoco (2018) “Tareas escolares y Estrés académico de los alumnos del nivel secundario” difiere con nuestra investigación, para ello su investigación consideró un estudio no experimental aplicando como muestra a 201 estudiantes de la I.E El amauta ubicado en el distrito de Comas , llegando a la conclusión que las dos variable en mención no guardan relación entre sí , presentando que el 60% de los participantes investigados no presentar interés en desarrollar adecuadamente sus actividades asignadas en sus instituciones educativas.

Es necesario precisar que el estrés no siempre puede ser negativo pues depende de lo que se está realizando o quiera alcanzar para impulsar a conseguir los objetivos refieren Quito, Tamayo, Buñay, & Neira (2017).

V. Conclusiones

Primero: Existe correlación inversa moderada entre inteligencia emocional y estrés académico de acuerdo al coeficiente de correlación de Rho de Spearman de $-0,587^{**}$ y una correlación significativa de 0,000, en los estudiantes del VI ciclo de Institución Educativa N°5168 del distrito de Puente Piedra en el año 2019.

Segundo: Existe correlación inversa alta entre inteligencia emocional y elementos estresores de acuerdo a los resultados de Rho de Spearman $-0,778$ y una correlación significativa de 0,000.

Tercero: Existe correlación inversa alta entre la inteligencia emocional y síntomas considerando los resultados de Rho de Spearman igual a $-0,722^{**}$ y una correlación significativa de 0,000.

Cuarto: Existe correlación alta entre la inteligencia emocional y las acciones de afrontamiento considerando los resultados de Rho de Spearman igual a $0,917^{**}$ y una correlación significativa de 0,000.

VI. Recomendaciones

Primero: Se sugiere que en las sesiones de aprendizaje independientemente del área que se está desarrollando insertar actividades y estrategias de regulación que permitan fomentar habilidades y capacidades para lograr el desarrollo emocional y social en los estudiantes considerándolos desde los primeros niveles educativos.

Segundo: Se requiere establecer actividades específicas evitando las actividades escolares excesivas y que demanden doble esfuerzo, así mismo implementar talleres artísticos o deportivos obligatorios que permita el desarrollo de habilidades sociales.

Tercero: Se necesita establecer canales de comunicación asertiva ya sea física o virtual entre los docente, auxiliares, directivos y padres de familia para detectar posibles desequilibrios emocionales y sociales y poder realizar la intervención oportuna con ayuda de los expertos.

Cuarto: Teniendo en cuenta la importancia de la parte afectiva en el desarrollo integral de los estudiantes, se sugiere organizar de manera frecuente charlas y talleres en la cual participen todo el personal de la institución educativa en relación al desarrollo de habilidades de autorregulación y adaptativas que permitan que los estudiantes cuenten con competencias requeridas para hacer frente a situaciones difíciles o de conflicto.

Referencias

- Aguilar, D. (2018). *Estrés académico como factor de riesgo en el consumo de sustancias lícitas en los estudiantes de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador*. (Tesis de pregrado) Psicóloga Clínica). Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Ampato, Ecuador. Recuperado de <https://bit.ly/33EEzud>
- Alejos, R. (2017). *Estrés académico en estudiantes de secundaria en una Institución Educativa Privada de San Juan de Lurigancho*. (Tesis de pregrado). Universidad Inca Garcilaso de la Vega, Lima, Perú. Recuperado de <https://bit.ly/2WQwdwG>
- Alfonso, B., Calcines, M., Monteagudo, R., & Nieves, Z. (2015). Estrés académico. *EDUMECENTRO* 7 (2). Recuperado de <https://bit.ly/37ZyOIX>
- Arias, F. (2012). *El Proyecto de Investigación. Introducción a la metodología científica*. Caracas, Venezuela: Editorial Episteme
- Arnal, J., Del Rincón, D., & La Torre, A. (1992). *Investigación Educativa: Fundamentos y Metodología*. Barcelona, España: Labor.
- Bar-On, R. (1997). *The emotional quotient inventory (EQ-i): A test of emotional intelligence*. Toronto: Multi-Health Systems.
- Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema*, 18, 13-25
- Bar-On, R., & Parker, J. (2018). *EQ-i: YV. Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn: versión para jóvenes*. Madrid, España: TEA Ediciones.
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del Estrés Académico. *Revista Electronica de Psicología Iztacala*, 9(3).
- Barraza, A. (2007). El campo de estudio del estrés: del Programa de Investigación Estímulo-Respuesta al Programa de Investigación Persona-Entorno. *Revista Internacional de Psicología*, 8 (2).
- Barraza, A. (2016). El estrés académico en estudiantes de gastronomía de una universidad privada de la ciudad de Durango, en México. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 8(2), 11-26.
- Barraza-López, R., Muñoz, N., & Behrens, C. (2017). Relación entre inteligencia emocional y depresión - ansiedad y estrés en estudiantes de medicina de primer año. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 55(1), 18-25.

- Benjamin, S. (1992). *El Estrés*. México: Presses Universitaires de France y Publicaciones Cruz.
- Berrío, N., & Mazo, R. (2011). Estrés Académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 3(2).
- Broc Caveró, M. A. (2019). Inteligencia Emocional y Rendimiento Académico en alumnos de Educación Secundaria Obligatoria. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 30(1),75-92.
- Bucci, L., & Luna, M. (2012). Contrastación entre los modelos de estudio del estrés como soporte para la evaluación de los riesgos psicosociales en el trabajo. *Revista Digital de Investigación y Postgrado*. Recuperado de <https://bit.ly/2EOijTu>
- Cavero, M. (2019). Inteligencia Emocional y Rendimiento Académico en alumnos de Educación Secundaria Obligatoria. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía- Madrid* . 30(1), 75-92. Recuperado de <https://bit.ly/2qEtytX>
- Caruso, D., Mayer, J., & Salovey, P. (1999). Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence. *Intelligence*, 27 (4), 267-298.
- Cerna, R. (2018). *Estrategias de Aprendizaje y Estrés Académico en estudiantes universitarios de Primer Ciclo de la Facultad de Psicología de una Universidad Privada de Lima*. (Tesis de maestría). Universidad Peruana Cayetano Heredia, Lima, Perú. Recuperado de <http://repositorio.upch.edu.pe/handle/upch/4383>
- Chang, M. L. (2017). *Relación entre Inteligencia Emocional y respuesta al Estrés en pacientes ambulatorios del servicio de Psicología de una Clínica de Lima Metropolitana*. Lima-Perú (Tesis de pregrado) Universidad Peruana Cayetano Heredia, Lima, Perú
- Cifuentes Sánchez, E. (2017). *La Influencia de la Inteligencia Emocional en el Rendimiento Matemático de Alumnos de Educación Secundaria. Aplicación de un Programa de Intervención Psicopedagógica de Educación Emocional*. (Tesis doctoral). Universidad Camilo José Cela. Madrid, España.
- Cooper, H. (2001). Homework for all-in moderation. *Educational Leadership*, 58(7), 34-38.
- Corral, Y. (2009). Validez y Confiabilidad de los instrumentos de investigación para la recolección de datos. *Revista Ciencias de la Educación- Valencia*, 19(33).
- Cuevas, M., & García, T. (2012). Análisis crítico de tres perspectivas psicológicas de estrés. *Núcleo Básico de Revistas Científicas Argentinas*. Recuperado de <https://bit.ly/2SueSd1>

- Delors, J. (1996). *La Educación encierra un tesoro*. Francia: Unesco.
- Domínguez, D. d. (2019). *Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes del sexto ciclo de educación básica regular*. Chiclayo -Perú.(Tesis maestría). Universidad César Vallejo,Chiclayo,Perú.
- Durán, P. (2013). *Adaptación y validación del cuestionario de inteligencia emocional"Trait Meta -Mood Scale 48"de Sakivet,Mayer,Goldman,Turvey y Palfai(1995), en estudiantes de pregrado de la Facultad de Educación y Humanidades y de la Facultad de Ciencias de la Salud y Al. Chillán - Chile* (Tesis de pregrado). Universidad Bío Bío,Chillán,Chile.
- Escobedo de la Riva, P. (2015). *Relación entre inteligencia emocional y rendimiento académico de los alumnos del nivel basico de un colegio privado*.(Tesis de grado).Universidad Rafael Landívar,Guatemala de la Asunción.Recuperado de <https://bit.ly/34xsbfz>
- Fernández–Berrocal P, Extremera N, Ramos N. (2004). Validity and reliability of the Spanish modified version of the Trait Meta-Mood Scale. *Psychological Reports*. 4(94),751-755.
- Fernández, P., & Extremera, N. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*,19(3),63-93
- Fisher, S. (1984). *Stress and perception of control*. London: Lawrence Erlbaum.
- Folkman, R., & Lazarus, R. (1984). Teoría transaccional de estrés y afrontamiento. *Psicología ambiental: elementos básicos*. Recuperado de <https://bit.ly/2Mwjxah>
- Fragoso-Luzuriaga, R. (2015). Inteligencia emocional y competencias emocionales en educación superior, ¿un mismo concepto?.*Revista Iberoamericana de Educación superior*.Recuperado de <https://bit.ly/2r9R9Df>
- Gabarda, V. (2013). La inteligencia emocional. Su inclusión en el currículo educativo. *Universidad Internacional de Valencia*. Recuperado de <https://bit.ly/2IOrxwQ>
- Garay, C. (2014). *Inteligencia emocional y su relación con el rendimiento académico de los estudiantes del 6to ciclo de la facultad de educación de la UNMSM en la ciudad de Lima*.(Tesis de maestría). Universidad Nacional Mayor de San Marcos,Lima,Perú.Recuperado de <https://bit.ly/35ghJcz>

- García, M., & Giménez, S. (2010). La inteligencia emocional y sus principales modelos propuesta de un modelo integrador. *Dialnet* 3(6). Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3736408>
- Gil-Olarte, P., Gomez, R., Ruiz, P., & Guil, R. (Junio de 2019). Inteligencia emocional y ansiedad en mujeres. Recuperado de <https://bit.ly/2onnDsF>
- Goleman, D. (2011). *Leadership: The power of emotional intelligence*. EE.UU: AMA.
- Goleman, D. (1998). *Working with emotional intelligence*, Nw York: Bantman.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. New York: Bantam Books.
- Hederich, C., & Caballero, C. (2016). Validación del cuestionario Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) en contexto académico colombiano. *Revista CES Psicología*, 9(1), 1-15.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación*. 6ª Edición. México: Mc Graw Hill Education.
- Zard, C.E. (2009). *Emotion Theory and Research: Highlights, Unanswered Questions and Emerging Issues*. *Annual Review of Psychology*.
- Jiménez Jorge, M. (2013). *Adaptación del Inventario SISCO del Estrés Académico en estudiantes universitarios cubanos*. (Tesis de pregrado). Universidad Central “Marta Abreu” de Las Villas, Santa Clara, Cuba, Recuperado de <https://bit.ly/2NeOPTZ>
- Jiménez, E., Alarcón, R., & Vicente - Yague, M. (2019). Intervención lectora: correlación entre la inteligencia emocional y la competencia lectora en el alumnado de bachillerato. *Revista de Psicodidáctica*, 24-30 .
- Martinez, E., & Diaz, D. (2007). *Una aproximación psicosocial al estrés escolar*. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/eded/v10n2/v10n2a02.pdf>
- Maturana, A., & Vargas, A. (2015). El estrés escolar. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 26,(1), 34-41. Recuperado de <https://bit.ly/32SgAHm>
- Mayer, J. , Caruso, D., Salovey, P. (2016). The Ability Model of Emotional Intelligence: Principles and Updates. *Emotion Review*, 8 (4), 290–300.
- Mayer, J., Roberts, R. & Barsade, S. (2008). Human abilities: Emotional Intelligence. *Annual Review of Psychology*, n. 59, 507-536
- Mayer, J., & Salovey, P. (1997). *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications*. New York: Harper Collins.

- MINEDU. (2014). *Marco de buen desempeño docente. Para mejorar tu práctica como maestro y guiar el aprendizaje de tus estudiantes*. Recuperado de <https://bit.ly/2wN1oy7>
- MINEDU. (2016). *Programa Curricular de Educación Secundaria*. Perú. Recuperado de <https://bit.ly/2NeYIjs>
- Nogareda, S. (1994). *Fisiología del estrés*. Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales España - Nota Técnica de prevención 355. Recuperado de <https://bit.ly/2POWnOA>
- Ñaupas, H., Mejía, E., Novoa, E., & Villagómez, A. (2014). *Metodología de la Investigación*. Cuarta edición. Bogota, Colombia: Ediciones de la V .
- Oliveti, S. (2010). *Estrés Académico en estudiantes que cursan primer año del ámbito universitario*. (Tesis de pregrado). Universidad Abierta Interamericana, Argentina. Recuperado de <http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC104100.pdf>
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, l. c. (2015). *América Latina y el Caribe*. . Revisión Regional de la Educación para todos.
- Organización Mundial de la Salud . (2013). *Plan de acción sobre salud mental 2013 - 2020*. Recuperado de <https://bit.ly/2MNJ4wc>
- Orme, G. (2000). *Emotional intelligence living*. Wales, UK: Crown House Publishing.
- Pacco, J. L. (2017). *Inteligencia emocional y el estrés académico de los alumnos quinto de secundaria de la Institución Educativa César Vallejo de Ccatcca*. (Tesis de maestría). Universidad César Vallejo, Cusco, Perú.
- Picasso, M, A., Lizano, C., & Anduaga, S. (2016). Estrés académico e Inteligencia emocional en estudiantes de odontología de una Universidad Peruana. Perú. *Revista Kiru*, 13(2), 155-164.
- Picoy Barzola, J. V. (2015). *Inteligencia emocional y estrés académico en los estudiantes de la facultad de Psicología de la universidad nacional Hermilio Valdizán - Huánuco*. (Tesis de pregrado). Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco, Perú. Recuperado de <https://bit.ly/2QFFK8v>
- Pollock, K. (1988). On the nature of social stress: the production of a modern mythology. *Social Science and Medicine*, 26, 381-392.
- Quito, J., Tamayo, M. d., Buñay, D., & Neira, O. (2017). Estrés Académico En Estudiantes de Tercero de Bachillerato de Unidades Educativas Particulares del Ecuador . *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 20(3).

- Ranasinghe,P., Wathurapatha, W., Mathangasinghe, Y. Ponnampuruma, G.(2017). Emotional intelligence, perceived stress and academic performance of Sri Lankan medical undergraduates. *BMC Med Educ.* 17(41). doi: 10.1186/s12909-017-0884-5
- Rosas, R., & Boetto, C. (2005). *Introducción a la Psicología de la Inteligencia* . Santiago de Chile: Ediciones Universidad Católica de Chile.
- Rossi, R. (2001). *Para superar el estrés*. Barcelona- España: De Cecchi.
- Ruiz, C. (2002). *Instrumentos de Investigación Educativa:Procedimientos para su diseño y validación*. Venezuela: Fedupel.
- Salavera, C., & Pablo, u. (2018). Uso del humor e inteligencia emocional en estudiantes de Secundaria . *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado-España*, 21(3).
- Salovey, P., & Mayer, J. (1990). Emotional intelligence. *Imagination.Cognition and Personality.* 9, 185-211.Recuperado de <https://bit.ly/34Wxx3N>
- Selye, H. (1936). A syndrome produced by diverse nocuous agents. *Journal of Neuropsychiatry and Clinical Neurosciences*, 1 0, 230-231.
- Selye, H. (1956). *The stress of life*. McGraw-Hill.
- Schiappa -Pietra, C. (10 de Octubre de 2018). *Importancia de incluir la Educación emocional como parte del currículo*. Educared. Recuperado de <https://bit.ly/2BRyX37>
- Sierra, M., Sánchez, L., & Llera, J. (2010). La Inteligencia Emocional de los Adolescentes Talentosos - Madrid. *Revista de Altas Capacidades*, 15(17).
- Singh, Y. y Sharma, R. (2012). Relationship between general intelligence, emotional intelligence, stress levels and stress reactivity. *Official Journal of Indian Academy of Neuroscience*. Recuperado de <https://bit.ly/2OgQHM5>
- Sosa, M., Navarrete, J. R., & Escoffié, E. (2014). *El Modelo de Habilidad de la Inteligencia Emocional y Creatividad*. Universidad Autónoma de Yucatán- México. Recuperado:<https://bit.ly/36ue7oL>
- Toribio, C., & Franco, S. (Marzo de 2016). Estrés Académico: El Enemigo Silencioso del Estudiante. *Salud y Administración*, 3 (7). Recuperado de <https://bit.ly/2PPX4aZ>
- Torpoco, A. (2018). *Tareas escolares y Estrés académico de los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa “El Amauta” del distrito de Comas*.(Tesis de maestría).Universidad César Vallejo,Lima,Perú. Recuperado de <http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/UCV/20867>

- Trujillo, M., & Rivas, L. (2005). Orígenes, evolución y modelos de inteligencia emocional . *INNOVAR. Revista de Ciencias Administrativas y Sociales*, 15(25), 9-24. Recuperado de <https://bit.ly/2Off0da>
- Ubago, J., González, G., Puertas, P., García, I. (2019). Development of emotional intelligence through physical activity and sport practice. a systematic review. *Behav Sci (Basel)*, 24;9(4). pii: E44. Doi: 10.3390/bs9040044.
- UNICEF. (Setiembre de 2018). *Desafíos y prioridades: Política de jóvenes y adolescentes en el Perú*. Recuperado de <https://www.unicef.org/peru/informes/desafios-y-prioridades>
- Usán, P., & Salavera, C. (2019). Efectos de la inteligencia emocional en el burnout y engagement académico de estudiantes adolescentes. *Revista alternativas en Psicología - Mexico*, 43.
- Valenzuela, A., Portillo, S., (2018). La inteligencia emocional en educación primaria y su relación con el rendimiento académico. *Revista Electrónica Educare*, 22(3), 1-15. Recuperado de <http://oaji.net/articles/2017/2279-1534782539.pdf>
- Valera, J. (2016). *Relación entre la inteligencia emocional y la calidad de la educación en estudiantes de la Universidad Nacional de San Martín, 2015-I*. (Tesis doctoral). Universidad Privada Antenor Orrego, Trujillo, Perú.
- Venancio, G. (2018). *Estrés Académico en Estudiantes de una Universidad Nacional de Lima Metropolitana*. (Tesis pregrado). Universidad Nacional Federico Villarreal, Lima, Perú. Recuperado de <https://bit.ly/2PWlHTj>
- Vivanco, A. (2018). *Estrés Académico y Motivación Escolar en la I.E Pública Virgen del Carmen*. (Tesis de maestría). Universidad César Vallejo Ayacucho, Perú. Recuperado de <http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/UCV/29298>

Anexos

Anexo1 Matriz de consistencia

Título: Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes del VI ciclo de una Institución Educativa de Puente Piedra, 2019

Formulación del problema	Objetivos	Hipótesis	Sistemas de variables	Metodología
<p>Problema general ¿Qué relación existe entre la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes del VI ciclo de la I.E N°5168, Puente Piedra, 2019?</p> <p>Problemas específicos ¿Qué relación existe entre la inteligencia emocional y elementos estresores en los estudiantes del VI ciclo de la I.E N°5168, Puente Piedra, 2019?</p> <p>¿Qué relación existe entre la inteligencia emocional y síntomas en los estudiantes del VI ciclo de la I.E N°5168, Puente Piedra, 2019?</p> <p>¿Qué relación existe entre la inteligencia emocional y acciones de afrontamiento en los estudiantes del VI ciclo de la I.E N°5168, Puente Piedra, 2019?</p>	<p>Objetivo general Determinar la relación existe entre la inteligencia emocional y el estrés académico en los estudiantes del VI ciclo en la I.E N°5168, Puente Piedra, 2019.</p> <p>Objetivos específicos *Determinar la relación existe entre la inteligencia emocional y elementos estresores en los estudiantes del VI ciclo de la I.E N°5168, Puente Piedra, 2019.</p> <p>*Determinar la relación existe entre la inteligencia emocional y los síntomas en los estudiantes del VI ciclo de la I.E N°5168, Puente Piedra, 2019.</p> <p>*Determinar la relación existe entre la inteligencia emocional y acciones de afrontamiento en los estudiantes del VI ciclo de la I.E N°5168, Puente Piedra, 2019</p>	<p>Hipótesis general La Inteligencia emocional se relaciona significativamente con el estrés académico en los estudiantes del VI ciclo de la I.E N°5168, Puente Piedra, 2019.</p> <p>Hipótesis específicas La Inteligencia emocional se relaciona con los elementos estresores en los estudiantes del VI ciclo de la I.E N°5168, Puente Piedra, 2019.</p> <p>La Inteligencia emocional se relaciona significativamente con los síntomas en los estudiantes del VI ciclo de la I.E N°5168, Puente Piedra, 2019.</p> <p>La Inteligencia emocional se relaciona significativamente con las acciones de afrontamiento en los estudiantes del VI ciclo de la I.E N°5168, Puente Piedra, 2019.</p>	<p>V1: Inteligencia emocional D1: Percepción D2: Comprensión D3: Adaptabilidad D4: Regulación para promover crecimiento</p> <p>Estrés académico D1: Elementos estresores D2: Síntomas D3: Acciones de afrontamiento</p>	<p>Enfoque: Cuantitativo</p> <p>Tipo: Descriptivo</p> <p>Diseño: No experimental de corte transversal Correlacional</p> <p>Población: 230 estudiantes</p> <p>Muestra: 144 estudiantes</p> <p>Instrumentos: Cuestionario: IE: 20 ítems EA:20 ítems</p> <p>Técnica: Encuesta</p>

Anexo 2 Cuestionario de inteligencia emocional

INSTITUCIÓN EDUCATIVA						
GRADO Y SECCIÓN		EDAD		SEXO	M	F

El presente cuestionario es anónimo y estrictamente confidencial, pretende recoger información en relación a la **inteligencia emocional** para fines exclusivamente de investigación.
 Lea con mucha atención y marque con una "X" la que más se aproxime a sus respuestas, para ello tenga en cuenta la siguiente escala de evaluación.

Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1	2	3	4	5

VARIABLE Inteligencia Emocional						
Nº	DIMENSIONES / ítems	ESCALA DE EVALUACIÓN				
	DIMENSIÓN 1: Percepción	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
01	Valora mucho sus sentimientos.	1	2	3	4	5
02	A menudo se preocupa por su forma de pensar.	1	2	3	4	5
03	Valora los sentimientos de las personas de su entorno.	1	2	3	4	5
04	Identifica personas que requieren ayuda.	1	2	3	4	5
05	Evita molestar a las personas con facilidad.	1	2	3	4	5
06	Evita dar mucha importancia a lo que las personas piensen de usted.	1	2	3	4	5
07	No le molesta mantenerse desconectado de las redes sociales.	1	2	3	4	5
	DIMENSIÓN 2: Comprensión					
08	Reconoce sus sentimientos.	1	2	3	4	5
09	Expresa con facilidad lo que usted siente.	1	2	3	4	5
10	Se identifica con los sentimientos de otras personas.	1	2	3	4	5
11	Considera que los sentimientos son más importantes que la apariencia física.	1	2	3	4	5
12	Suele pensar antes de actuar.	1	2	3	4	5
13	Su forma de pensar no afecta su estado emocional.	1	2	3	4	5
	DIMENSIÓN 3: Regulación para promover crecimiento					
14	Considera que todo problema tiene una solución.	1	2	3	4	5
15	Frente a un problema trata de mantener la calma.	1	2	3	4	5
16	Suele asumir actitud positiva ante una dificultad.	1	2	3	4	5
17	Evita crear situaciones de violencia.	1	2	3	4	5
18	Suele analizar sus emociones.	1	2	3	4	5
19	Cuando tiene un problema suele compartirlo con alguien de su confianza.	1	2	3	4	5
20	Ante algo que le aqueja intenta distraerse realizando otra actividad.	1	2	3	4	5

¡Muchas gracias por su participación!

Anexo 3 Cuestionario de estrés académico

INSTITUCIÓN EDUCATIVA						
GRADO Y SECCIÓN		EDAD		SEXO	M	F

El presente cuestionario es anónimo y estrictamente confidencial, pretende recoger información en relación al **estrés académico** para fines exclusivamente de investigación.

Lea con mucha atención y marque con una "X" la que más se aproxime a sus respuestas, para ello tenga en cuenta la siguiente escala de evaluación:

Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1	2	3	4	5

VARIABLE Estrés académico						
Nº	DIMENSIONES / ítems	ESCALA DE EVALUACIÓN				
	DIMENSIÓN 1: Elementos estresores	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
01	Se preocupa por obtener buenas calificaciones.	1	2	3	4	5
02	Se estresa realizar demasiadas actividades escolares.	1	2	3	4	5
03	Se angustia cuando tiene que dar evaluaciones.	1	2	3	4	5
04	Le molesta que le llamen continuamente la atención.	1	2	3	4	5
05	Le molesta la actitud intolerante de algunos docentes.	1	2	3	4	5
06	Le angustia no contar con señal de internet para elaborar sus deberes escolares.	1	2	3	4	5
	DIMENSIÓN 2: Síntomas					
07	Evidencia cansancio cuando tiene muchas actividades escolares que presentar.	1	2	3	4	5
08	Se vuelve irritable cuando está estresado.	1	2	3	4	5
09	Pierde interés por socializar cuando algo le angustia.	1	2	3	4	5
10	Tiene dificultad de conciliar el sueño cuando algo le preocupa.	1	2	3	4	5
11	Siente dolor de cabeza o migraña cuando tiene obligaciones pendientes.	1	2	3	4	5
12	Cuando se preocupa suele morderse las uñas, mover constantemente las piernas, etc.	1	2	3	4	5
13	Tiene dificultad por concentrarse cuando está estresado.	1	2	3	4	5
	DIMENSIÓN 3: Acciones de afrontamiento					
14	Asume la dificultad, con sentido de humor.	1	2	3	4	5
15	Suele buscar diversas alternativas de solución a su problema.	1	2	3	4	5
16	Ante cualquier situación difícil, trata de mantener la calma.	1	2	3	4	5
17	Evita deprimirse asumiendo actitudes positivas.	1	2	3	4	5
18	Tiende a comunicarse con sus seres queridos ante una situación que le aqueja.	1	2	3	4	5
19	Cuando se angustia, intenta realizar otras actividades como: escuchar música, socializar en las redes sociales, etc.	1	2	3	4	5
20	Suele decirse frases positivas y motivadoras que incrementen su optimismo.	1	2	3	4	5

¡Muchas gracias por su participación!

Anexo 4 Certificados de validez de los instrumentos



CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE:

VARIABLE		Inteligencia emocional							
N°	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias	
	DIMENSIÓN 1: Percepción	Si	No	Si	No	Si	No		
1	Valora mucho sus sentimientos.	✓		✓		✓			
2	A menudo se preocupa por su forma de pensar.	✓		✓		✓			
3	Valora los sentimientos de las personas de su entorno.	✓		✓		✓			
4	Identifica personas que requieren ayuda.	✓		✓		✓			
5	Evita molestarse con facilidad.	✓		✓		✓			
6	Evita dar mucha importancia lo que las personas piensen de usted.	✓		✓		✓			
7	No le molesta mantenerse desconectado de las redes sociales.	✓		✓		✓			
	DIMENSIÓN 2: Comprensión	Si	No	Si	No	Si	No		
8	Reconoce sus sentimientos.	✓		✓		✓			
9	Expresa con facilidad lo que usted siente.	✓				✓			
10	Se identifica con los sentimientos de otras personas.	✓		✓		✓			
11	Considera que los sentimientos son más importantes que la apariencia física.	✓		✓		✓			
12	Suele pensar antes de actuar.	✓		✓		✓			
13	Su forma de pensar no afecta su estado emocional.	✓		✓		✓			
	DIMENSIÓN 3: Regulación para promover crecimiento	Si	No	Si	No	Si	No		
14	Considera que todo problema tiene una solución.	✓		✓		✓			
15	Frente a un problema trata de mantener la calma.	✓		✓		✓			
16	Suele asumir actitud positiva ante una dificultad.	✓		✓		✓			
17	Evita crear situaciones de violencia.	✓		✓		✓			
18	Suele analizar sus emociones.	✓		✓		✓			
19	Cuándo tiene un problema suele compartirlo con alguien de su confianza.	✓		✓		✓			
20	Ante algo que le aqueja intenta distraerse realizando otra actividad.	✓		✓		✓			



CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE:

Estrés académico								
Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia1		Relevancia2		Claridad3		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	DIMENSIÓN 1:Elementos estresores							
1	Se preocupa por obtener buenas calificaciones.	✓		✓		✓		
2	Se estresa realizar demasiadas actividades escolares.	✓		✓		✓		
3	Se angustia cuando tiene que dar evaluaciones.	✓		✓		✓		
4	Le molesta que le llamen continuamente la atención.	✓				✓		
5	Le molesta la actitud intolerante de algunos docentes.	✓		✓		✓		
6	Le angustia no contar con señal de internet para elaborar sus deberes escolares.	✓		✓		✓		
	DIMENSIÓN 2: Síntomas	Si	No	Si	No	Si	No	
7	Evidencia cansancio cuando tiene muchas actividades escolares que presentar.	✓		✓		✓		
8	Se vuelve irritable cuando está estresado.	✓		✓		✓		
9	Pierde interés por socializar cuando algo le angustia.	✓		✓		✓		
10	Tiene dificultad de conciliar el sueño cuando algo le preocupa.	✓		✓		✓		
11	Siente dolor de cabeza o migraña cuando tiene obligaciones pendientes.	✓		✓		✓		
12	Cuando se preocupa suele morderse las uñas, mover constantemente las piernas, etc.	✓		✓		✓		
13	Tiene dificultad por concentrarse cuando está estresado.	✓		✓		✓		
	DIMENSIÓN 3: Acciones de afrontamiento	Si	No	Si	No	Si	No	
14	Asume la dificultad, con sentido de humor.	✓		✓		✓		
15	Suele buscar diversas alternativas de solución a su problema.	✓		✓		✓		
16	Ante cualquier situación difícil, trata de mantener la calma.	✓		✓		✓		
17	Evita deprimirse asumiendo actitudes positivas.	✓		✓		✓		
18	Tiende a comunicarse con sus seres queridos ante una situación que le aqueja.	✓				✓		
19	Cuándo se angustia, intenta realizar otras actividades como: escuchar música, socializar en las redes sociales, etc.	✓		✓		✓		
20	Suele decirse frases positivas y motivadoras que incrementen su optimismo.	✓		✓		✓		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): _____

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [☒] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg: Dr. Luis Roberto Pizarro Barrios DNI: 04300599

Especialidad del validador: Psicología Educativa


16 de NOVIEMBRE del 2019

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



Firma del Experto Informante.

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE:

VARIABLE		Inteligencia emocional						
Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
	DIMENSIÓN 1: Percepción	SI	No	SI	No	SI	No	
1	Valora mucho sus sentimientos.	✓		✓		✓		
2	A menudo se preocupa por su forma de pensar.	✓		✓		✓		
3	Valora los sentimientos de las personas de su entorno.	✓		✓		✓		
4	Identifica personas que requieren ayuda.	✓		✓		✓		
5	Evita molestarse con facilidad.	✓		✓		✓		
6	Evita dar mucha importancia lo que las personas piensen de usted.	✓		✓		✓		
7	No le molesta mantenerse desconectado de las redes sociales.	✓		✓		✓		
	DIMENSIÓN 2: Comprensión	SI	No	SI	No	SI	No	
8	Reconoce sus sentimientos.	✓		✓		✓		
9	Expresa con facilidad lo que usted siente.	✓		✓		✓		
10	Se identifica con los sentimientos de otras personas.	✓		✓		✓		
11	Considera que los sentimientos son más importantes que la apariencia física.	✓		✓		✓		
12	Suele pensar antes de actuar.	✓		✓		✓		
13	Su forma de pensar no afecta su estado emocional.	✓		✓		✓		
	DIMENSIÓN 3: Regulación para promover crecimiento	SI	No	SI	No	SI	No	
14	Considera que todo problema tiene una solución.	✓		✓		✓		
15	Frente a un problema trata de mantener la calma.	✓		✓		✓		
16	Suele asumir actitud positiva ante una dificultad.	✓		✓		✓		
17	Evita crear situaciones de violencia.	✓		✓		✓		
18	Suele analizar sus emociones.	✓		✓		✓		
19	Cuando tiene un problema suele compartirlo con alguien de su confianza.	✓		✓		✓		
20	Ante algo que le aqueja intenta distraerse realizando otra actividad.	✓		✓		✓		

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE:

VARIABLE		Estrés académico						
Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia1		Relevancia2		Claridad3		Sugerencias
	DIMENSIÓN 1:Elementos estresores	SI	No	SI	No	SI	No	
1	Se preocupa por obtener buenas calificaciones.	✓		✓		✓		
2	Se estresa realizar demasiadas actividades escolares.	✓		✓		✓		
3	Se angustia cuando tiene que dar evaluaciones.	✓		✓		✓		
4	Le molesta que le llamen continuamente la atención.	✓		✓		✓		
5	Le molesta la actitud intolerante de algunos docentes.	✓		✓		✓		
6	Le angustia no contar con señal de internet para elaborar sus deberes escolares.	✓		✓		✓		
	DIMENSIÓN 2: Síntomas	SI	No	SI	No	SI	No	
7	Evidencia cansancio cuando tiene muchas actividades escolares que presentar.	✓		✓		✓		
8	Se vuelve irritable cuando está estresado.	✓		✓		✓		
9	Pierde interés por socializar cuando algo le angustia.	✓		✓		✓		
10	Tiene dificultad de conciliar el sueño cuando algo le preocupa.	✓		✓		✓		
11	Siente dolor de cabeza o migraña cuando tiene obligaciones pendientes.	✓		✓		✓		
12	Cuando se preocupa suele morderse las uñas, mover constantemente las piernas, etc.	✓		✓		✓		
13	Tiene dificultad por concentrarse cuando está estresado.							
	DIMENSIÓN 3: Acciones de afrontamiento	SI	No	SI	No	SI	No	
14	Asume la dificultad, con sentido de humor.	✓		✓		✓		
15	Suele buscar diversas alternativas de solución a su problema.	✓		✓		✓		
16	Ante cualquier situación difícil, trata de mantener la calma.	✓		✓		✓		
17	Evita deprimirse asumiendo actitudes positivas.	✓		✓		✓		
18	Tiende a comunicarse con sus seres queridos ante una situación que le aqueja.	✓		✓		✓		
19	Cuándo se angustia, intenta realizar otras actividades como: escuchar música, socializar en las redes sociales, etc.	✓		✓		✓		
20	Suele decirse frases positivas y motivadoras que incrementa su optimismo.	✓		✓		✓		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): _____

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [☒] Aplicable después de corregir [☐] No aplicable [☐]

Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg. MORY CHIPARRA WILLIAM EDUARDO DNI: 40831863

Especialidad del validador: INVESTIGACIÓN Y DOCENCIA UNIVERSITARIA

16 de NOVIEMBRE del 2019

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión


Firma del Experto Informante.

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE:

VARIABLE: Inteligencia emocional							
Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³	
		Si	No	Si	No	Si	No
DIMENSIÓN 1: Percepción							
1	Valora mucho sus sentimientos.	✓		✓		✓	
2	A menudo se preocupa por su forma de pensar.	✓		✓		✓	
3	Valora los sentimientos de las personas de su entorno.	✓		✓		✓	
4	Identifica personas que requieren ayuda.	✓		✓		✓	
5	Evita molestarse con facilidad.	✓		✓		✓	
6	Evita dar mucha importancia lo que las personas piensen de usted.	✓		✓		✓	
7	No le molesta mantenerse desconectado de las redes sociales.	✓		✓		✓	
DIMENSIÓN 2: Comprensión							
8	Reconoce sus sentimientos.	✓		✓		✓	
9	Expresa con facilidad lo que usted siente.	✓		✓		✓	
10	Se identifica con los sentimientos de otras personas.	✓		✓		✓	
11	Considera que los sentimientos son más importantes que la apariencia física.	✓		✓		✓	
12	Suele pensar antes de actuar.	✓		✓		✓	
13	Su forma de pensar no afecta su estado emocional.	✓		✓		✓	
DIMENSIÓN 3: Regulación para promover crecimiento							
14	Considera que todo problema tiene una solución.	✓		✓		✓	
15	Frente a un problema trata de mantener la calma.	✓		✓		✓	
16	Suele asumir actitud positiva ante una dificultad.	✓		✓		✓	
17	Evita crear situaciones de violencia.	✓		✓		✓	
18	Suele analizar sus emociones.	✓		✓		✓	
19	Cuando tiene un problema suele compartirlo con alguien de su confianza.	✓		✓		✓	
20	Ante algo que le aqueja intenta distraerse realizando otra actividad.	✓		✓		✓	
VARIABLE: Estrés académico							
Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³	
		Si	No	Si	No	Si	No
DIMENSIÓN 1: Elementos estresores							
21	Se preocupa por obtener buenas calificaciones.	✓		✓		✓	
22	Se estresa realizar demasiadas actividades escolares.	✓		✓		✓	
23	Se angustia cuando tiene que dar evaluaciones.	✓		✓		✓	
24	Le molesta que le llamen continuamente la atención.	✓		✓		✓	
25	Le molesta la actitud intolerante de algunos docentes.	✓		✓		✓	
26	Le angustia no contar con señal de internet para elaborar sus deberes escolares.	✓		✓		✓	

DIMENSIÓN 2: Serie de Síntomas							
		Si	No	Si	No	Si	No
27	Evidencia cansancio cuando tiene muchas actividades escolares que presentar.	✓		✓		✓	
28	Se vuelve irritable cuando está estresado.	✓		✓		✓	
29	Pierde interés por socializar cuando algo le angustia.	✓		✓		✓	
30	Tiene dificultad de conciliar el sueño cuando algo le preocupa.	✓		✓		✓	
31	Siente dolor de cabeza o migraña cuando tiene obligaciones pendientes.	✓		✓		✓	
32	Cuando se preocupa suele morderse las uñas, mover constantemente las piernas, etc.	✓		✓		✓	
33	Tiene dificultad por concentrarse cuando está estresado.	✓		✓		✓	
DIMENSIÓN 3: Acciones de afrontamiento							
34	Asume la dificultad, con sentido de humor.	✓		✓		✓	
35	Suele buscar diversas alternativas de solución a su problema.	✓		✓		✓	
36	Ante cualquier situación difícil, trata de mantener la calma.	✓		✓		✓	
37	Evita deprimirse asumiendo actitudes positivas.	✓		✓		✓	
38	Tiende a comunicarse con sus seres queridos ante una situación que le aqueja.	✓		✓		✓	
39	Cuando se angustia, intenta realizar otras actividades como: escuchar música, socializar en las redes sociales, etc.	✓		✓		✓	
40	Suele decirse frases positivas y motivadoras que incrementa su optimismo.	✓		✓		✓	

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

Opinión de aplicabilidad: ☒ Aplicable ☐ Aplicable después de corregir ☐ No aplicable

Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg: Jenny Bertha Granda Moreno DNI: 08555420
Especialidad del validador: Psicología Educativa

[Firma]

16 de Noviembre del 2019.

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.
³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE:

VARIABLE: Inteligencia emocional								
Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
DIMENSIÓN 1: Percepción								
1	Valora mucho sus sentimientos.	/		/		/		
2	A menudo se preocupa por su forma de pensar.	/		/		/		
3	Valora los sentimientos de las personas de su entorno.	/		/		/		
4	Identifica personas que requieren ayuda.	/		/		/		
5	Evita molestarse con facilidad.	/		/		/		
6	Evita dar mucha importancia lo que las personas piensen de usted.	/		/		/		
7	No le molesta mantenerse desconectado de las redes sociales.	/		/		/		
DIMENSIÓN 2: Comprensión								
8	Reconoce sus sentimientos.	/		/		/		
9	Expresa con facilidad lo que usted siente.	/		/		/		
10	Se identifica con los sentimientos de otras personas.	/		/		/		
11	Considera que los sentimientos son más importantes que la apariencia física.	/		/		/		
12	Suele pensar antes de actuar.	/		/		/		
13	Su forma de pensar no afecta su estado emocional.	/		/		/		
DIMENSIÓN 3: Regulación para promover crecimiento								
14	Considera que todo problema tiene una solución.	/		/		/		
15	Frente a un problema trata de mantener la calma.	/		/		/		
16	Suele asumir actitud positiva ante una dificultad.	/		/		/		
17	Evita crear situaciones de violencia.	/		/		/		
18	Suele analizar sus emociones.	/		/		/		
19	Cuando tiene un problema suele compartirlo con alguien de su confianza.	/		/		/		
20	Ante algo que le aqueja intenta distraerse realizando otra actividad.	/		/		/		

VARIABLE: Estrés académico								
Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
DIMENSIÓN 1: Elementos estresores								
21	Se preocupa por obtener buenas calificaciones.	/		/		/		
22	Se estresa realizar demasiadas actividades escolares.	/		/		/		
23	Se angustia cuando tiene que dar evaluaciones.	/		/		/		
24	Le molesta que le llamen continuamente la atención.	/		/		/		
25	Le molesta la actitud intolerante de algunos docentes.	/		/		/		
26	Le angustia no contar con señal de internet para elaborar sus deberes escolares.	/		/		/		

DIMENSIÓN 2: Serie de Síntomas								
		Si	No	Si	No	Si	No	
27	Evidencia cansancio cuando tiene muchas actividades escolares que presentar.	/		/		/		
28	Se vuelve irritable cuando está estresado.	/		/		/		
29	Pierde interés por socializar cuando algo le angustia.	/		/		/		
30	Tiene dificultad de conciliar el sueño cuando algo le preocupa.	/		/		/		
31	Siente dolor de cabeza o migraña cuando tiene obligaciones pendientes.	/		/		/		
32	Cuando se preocupa suele morderse las uñas, mover constantemente las piernas, etc.	/		/		/		
33	Tiene dificultad por concentrarse cuando está estresado.	/		/		/		
DIMENSIÓN 3: Acciones de afrontamiento								
34	Asume la dificultad, con sentido de humor.	/		/		/		
35	Suele buscar diversas alternativas de solución a su problema.	/		/		/		
36	Ante cualquier situación difícil, trata de mantener la calma.	/		/		/		
37	Evita deprimirse asumiendo actitudes positivas.	/		/		/		
38	Tiende a comunicarse con sus seres queridos ante una situación que le aqueja.	/		/		/		
39	Cuando se angustia, intenta realizar otras actividades como: escuchar música, socializar en las redes sociales, etc.	/		/		/		
40	Suele decirse frases positivas y motivadoras que incrementen su optimismo.	/		/		/		

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable** [X] **Aplicable después de corregir** [] **No aplicable** []

Apellidos y nombres del juez validador: Dr/ Mg: Falcón Centa Yárida Nora DNI: 08504916

Especialidad del validador: Mg. Problemas de aprendizaje

Falcón Centa

16 de Nov. del 2019.

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

“Año de la lucha contra la corrupción y la impunidad”

Lima, 02 de diciembre de 2019

Señor(a)

LUZ ANGÉLICA, ANCCASI RUIZ

SUBDIRECTORA DE FORMACIÓN GENERAL DE LA I.E N° 5168

De mi consideración:

Por la presente tengo a bien dirigirme a usted para saludarla cordialmente y solicitarle permita autorizar la aplicación del instrumento para el recojo de información de la investigación que tiene el título: **“Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes del VI ciclo de una Institución Educativa de Puente Piedra, 2019”**.

Segura de contar con su aceptación para las acciones respectivas, así como el apoyo y orientaciones que podría aportar para tal fin.

Agradeciendo la atención que brinde a la presente me despido de usted deseándole mis mejores deseos.

Atentamente,


Br. Maritza Florencia Trujillo Mariño

 
LUZ A. ANCCASI RUIZ
SUBDIRECTORA F.G.
4/12/19.



Institución Educativa 5168 “Rosa Luz ”

Jr. Las Orquídeas N° 319 – Puente Piedra

“Año de la lucha contra la corrupción y la impunidad”

CONSTANCIA

Por medio de la presente se deja constancia que **Maritza Florencia, Trujillo Mariño**, identificada con DNI 08142170, estudiante del Programa de Maestría, quien se encuentra realizando el trabajo de investigación: **Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes del VI ciclo de una Institución Educativa de Puente Piedra, 2019**, realizó la aplicación de un cuestionario de 40 ítems con la finalidad de recoger la información que requiere para su estudio.

Se expide la presente constancia a solicitud de la interesada, para los fines que crea conveniente.

Rosa Luz, 16 de diciembre de 2019



LUZ A. ANCCASI RUIZ
SUB DIRECTORA F.O.

Sub Directora de Formación General

Luz Angélica, Anccasi Ruiz

ACTA DE APROBACIÓN DE ORIGINALIDAD DE TRABAJO ACADÉMICO

Yo, Carlos Sixto Vega Vilca, docente de la Escuela de Posgrado de la Universidad César Vallejo filial Lima Norte.

La tesis titulada **“Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes del VI ciclo de una Institución Educativa de Puente Piedra, 2019”** de la estudiante Maritza Florencia Trujillo Mariño, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 13% verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin.

La suscrita analizó dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituye plagio. A mi leal saber y entender la tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

Lima, 17 de febrero de 2020



Dr. Carlos Sixto Vega Vilca

DNI 09826463



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA

Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes del VI ciclo de una Institución Educativa de Puente Piedra, 2019

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:

Maestra en Psicología Educativa

AUTORA:

Br. Maritza Florencia Trujillo Mariño (ORCID:0000-0002-8479-1772)

ASESOR:

Dr. Carlos Sixto Vega Vilca (ORCID:0000-0002-2755-8819)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Atención integral del infante niño y adolescente

Lima-Perú

2020

Resumen de coincidencias

13 %

Recorte rec

< >

Se están viendo fuentes estándar

Ver fuentes en inglés (Beta)

Coincidencias

- 1 Entregado a Universida... 8 % >
Trabajo del estudiante
- 2 repositorio.ucv.edu.pe 1 % >
Fuente de Internet
- 3 Entregado a Universida... <1 % >
Trabajo del estudiante
- 4 Entregado a Universida... <1 % >
Trabajo del estudiante
- 5 Entregado a Universida... <1 % >
Trabajo del estudiante
- 6 Entregado a Universida... <1 % >



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

Centro de Recursos para el Aprendizaje y la Investigación (CRAI)
"César Acuña Peralta"

FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN PARA LA PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DE LAS TESIS

1. DATOS PERSONALES

Apellidos y Nombres: (solo los datos del que autoriza)

..... TRUJILLO HARIÑO, MARITZA FLORENCIA

D.N.I. : 08142170

Domicilio : CALLE PISCOBAMBA M2 N3 Lte 22 - LOS OUVOS

Teléfono : Fijo : Móvil : 993870878

E-mail : florenc04@gmail.com

2. IDENTIFICACIÓN DE LA TESIS

Modalidad:

☐ Tesis de Pregrado

Facultad :

Escuela :

Carrera :

Título :

☒ Tesis de Posgrado

☒ Maestría

☐ Doctorado

Grado : MAESTRA

Mención : PSICOLOGÍA EDUCATIVA

3. DATOS DE LA TESIS

Autor (es) Apellidos y Nombres:

..... TRUJILLO HARIÑO, MARITZA FLORENCIA

Título de la tesis:

..... INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS ACADÉMICO EN

..... ESTUDIANTES DEL VI CICLO DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA

..... DE PUENTE PIEDRA, 2019

Año de publicación : 2020

4. AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN DE LA TESIS EN VERSIÓN ELECTRÓNICA:

A través del presente documento, autorizo a la Biblioteca UCV-Lima Norte, a
publicar en texto completo mi tesis.

Firma : 

Fecha : 19 DE FEBRERO DE 2020



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

AUTORIZACIÓN DE LA VERSIÓN FINAL DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

CONSTE POR EL PRESENTE EL VISTO BUENO QUE OTORGA EL ENCARGADO DE INVESTIGACIÓN DE

ESCUELA DE POSGRADO

A LA VERSIÓN FINAL DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN QUE PRESENTA:

MARITZA FLORENCIA TRUJILLO MARIÑO

INFORME TITULADO:

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTRÉS ACADÉMICO EN

ESTUDIANTES DEL VI CICLO DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA

DE PUENTE PIEDRA, 2019

PARA OBTENER EL TÍTULO O GRADO DE:

MAESTRA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA

SUSTENTADO EN FECHA: 24 DE ENERO DE 2020

NOTA O MENCIÓN: APROBADO POR MAYORÍA



FIRMA DEL ENCARGADO DE INVESTIGACIÓN